

## ENDOPROTHETIK

SPORT MIT  
STAHL-GELENKEN

Sie sind nicht das Ende sportlicher Aktivität, sondern meist ein Neuanfang ohne Schmerzen: Künstliche Gelenke. Mit rund 800 OPs jährlich an Knie und Hüfte ist dabei die Klinik Hellersen nicht nur in Deutschland Top-Adresse für Sportlerinnen und Sportler.



## KONTAKT

Paulmannshöher Straße 17

58515 Lüdenscheid

Telefon 02351 945-0

Anmeldung@hellersen.de

## DIE SPORTLER-HOTLINE...

...bietet Vereinssportlern schnell und unbürokratisch einen Ansprechpartner:

Theo.Steinacker@hellersen.de

Sie sind Hightechprodukte aus Titan, Stahl, Keramik und hochwertigem Kunststoff – der Einsatz von Gelenkprothesen gehört zu den Erfolgsgeschichten der Medizin. Bedeutete in den 1950er Jahren ein fortgeschrittener Gelenkverschleiß oft noch chronischer Schmerz und Verlust von Beweglichkeit, ist das heute völlig anders. Rüdiger König hat das gleich zwei Mal in seinem Leben erfahren. Der 71-jährige ehemalige Studiendirektor für Sport und Biologie musste bereits im Alter von knapp 50 Jahren unters Messer, das linke Hüftgelenk wollte nicht mehr. „Ich konnte mich nur noch mit Gehhilfen fortbewegen, die Lebensqualität war bei Null“, erinnert sich der seinerzeit begeisterte Handballer und Leichtathlet. Nach drei Jahren mit Schmerzen entschied er, sich in Hellersen eine Hüftprothese einsetzen zu lassen.

„Die OP war direkt morgens um acht Uhr“, weiß er noch, „nachmittags bin ich aufgewacht und habe festgestellt: Ich habe keine Schmerzen mehr.“ Und das sollte so bleiben. Selbst 21 Jahre nach dieser OP bereitet seine Hüfte keine Probleme, obwohl König schon nach einem Jahr wieder auf die Ski stieg... Dann 2006: Jetzt wollte die rechte Hüfte nicht mehr. Die erneute Entscheidung für Hellersen fiel leicht: „Das Vertrauen war da und hier wird einfach vom gesamten Team perfekte Arbeit geleistet“, lobt er – und ist sichtlich froh über seine heutige Lebensqualität: „Von den Hüften her ist alles topp, trotz hoher sportlicher Belastung beim Laufen und Tennis.“

## Die richtige Sportdosierung macht es aus

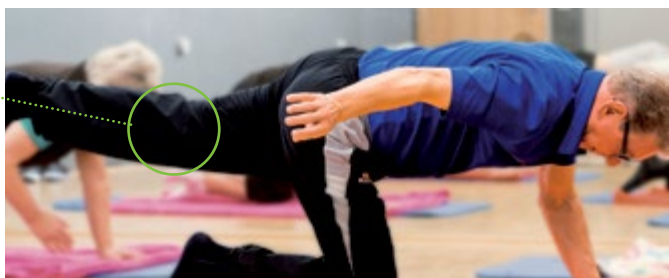
Dr. Joachim Hagenah kennt viele solcher Erfolgsgeschichten, obwohl er als Chefarzt der Abteilung Endoprothetik in Hellersen relativiert: „Viele machen mehr, als wir das wollen. Aber wenn man es moderat macht, scheinen die Prothesen länger zu halten, als wir das denken.“ Der Gelenk-Spezialist empfiehlt schonendere Sportarten wie Nordic-Walking, Schwimmen, Radfahren, Tanzen oder Wandern. Aber: „Skifahren in aufrechter Haltung ist möglich, solange man nicht

stürzt.“ Fakt ist: Je größer die Stoßbelastung ist, um so weniger ist eine Sportart aus medizinischer Sicht geeignet.

Aber nicht nur das Beispiel von Studiendirektor König zeigt: Sportbegeisterte nehmen eher gewisse Restrisiken auf sich als Nichtsportler. Die gute Nachricht: „Sportler können ihre Beschwerden länger kompensieren, da sie trainiert sind, und sie werden nach einer OP auch wieder schneller fit“, so Dr. Hagenah. Sport sei zudem sehr hilfreich gegen Knochenabbau. Das ist wichtig, weil die künstlichen Gelenke im Knochen verankert werden. Aber: „Es gehört es zu unseren Aufgaben, den Patienten zu sagen, was man machen kann, und ihn an die richtige Dosierung heranzuführen“, unterstreicht der Chefarzt.

### Hellersen ist Pionier in der Endoprothetik

Die Sportklinik Hellersen gehört zu den Pionieren in der Endoprothetik. Bereits seit 2004 wird hier minimalinvasiv (mit kleinster Verletzung von Haut und Weichteilen) operiert. Und alle OPs in dem Bereich sind in einer Abteilung zusammengefasst (eine der größten in NRW). Mit weit über dem Durchschnitt liegenden 800 OPs jährlich ist so ein hochkompetentes Spezialistentum in einer Hand zusammengeführt. Am Ende einer Behandlungskette, wenn keine anderen Methoden mehr helfen, gilt dort die Maxime: „So viel



Prothese wie nötig, so wenig wie möglich.“ Dabei legt Dr. Hagenah Wert auf höchste Präzision. „Die Sportler und Patienten, die zu uns kommen, haben hohe Erwartungen.“ Zu Recht: „Wir haben in zwölf Jahren ein ausgerenktes künstliches Hüftgelenk zu beklagen. Diese schwerwiegende Komplikation kommt sonst im Durchschnitt bei drei Prozent aller OPs vor.“ Er betont: „Wir treiben einen hohen Aufwand, damit das nicht passiert“, und fügt lapidar hinzu: „Man darf keinesfalls huddeln.“

Gehuddelt wird auch nicht bei der Hygiene. Krankenhauskeime sind in Hellersen praktisch kein Thema, was eng mit der Spezialisierung zusammenhängt. Große bauchchirurgische OPs finden hier eben nicht statt. „Wir haben eine extrem niedrige Infektionsrate, weit unter dem Durchschnitt“, freut sich Dr. Hagenah. Ebenfalls ein Grund, warum Patienten den Weg nach Hellersen suchen – von nah und fern.