

Freerider Max Kruse kehrt nach komplexer Bandrekonstruktion an der Hand zurück

Sportklinik Hellersen ermöglicht gelenkerhaltende Therapie

Nach einer schweren Handgelenksverletzung bei einem Freeride-Sprung stand die Karriere von Profisportler Max Kruse kurz vor dem Aus. In der Sportklinik Hellersen konnte ihm jedoch geholfen und seine Laufbahn als Freerider gerettet werden. Statt der zunächst in einer anderen Klinik empfohlenen Versteifung konnte durch eine aufwendige Bandrekonstruktion die Beweglichkeit des Handgelenks erhalten werden.

Max Kruse hatte sich bei einem rund 20 Meter weiten Sprung einen kompletten Bänderriss im Handgelenk mit Luxation zugezogen. „Die erste Diagnose war für mich ein Schock“, sagt der 33-jährige Freerider. „Eine Versteifung hätte meine sportliche Karriere beendet.“ Der behandelnde Chefarzt der Erstklinik verwies ihn daraufhin an die Sportklinik Hellersen und an Dr. Petra Scheffer, Chefärztin für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie/Handchirurgie. Dort änderte sich die Perspektive grundlegend. „Frau Dr. Scheffer war so überzeugt davon, dass sie mein Handgelenk wieder hinbekommt. Das hat mir unglaublich viel Ruhe gegeben – im Alltag und im Kopf. Ich fühlte mich sofort in guten Händen“, erinnert sich Max Kruse.

Eine seltene und komplexe Bandrekonstruktion

Die Diagnose bestätigte einen kompletten Riss des Bandes zwischen den Knochen Kahnbein und Mondbein – eine Verletzung, die zu einer massiven Instabilität im Handgelenk führte. „Bandrekonstruktionen sind in der Handchirurgie grundsätzlich seltenere Eingriffe. Die Bandruptur ist im MRT leider oft nicht erkennbar. Erst in einer Arthroskopie – einer Gelenkspiegelung – wird diese sichtbar. Infolgedessen wird ein Bänderriss an dieser Stelle häufig zu spät erkannt, manchmal erst Jahre später. Zudem denken viele Betroffene zunächst, dass ihr Handgelenk lediglich verstaucht sei, weil zum Beispiel die Schmerzen weniger gravierend waren oder sie diese keinem konkreten Unfall zuordnen können. Das Problem: Je mehr Zeit fortgeschritten ist, desto geringer ist die Möglichkeit, das Band zu rekonstruieren, da im Verlauf Knorpelschäden auftreten. Bei einer bestehenden Arthrose wird kein Band rekonstruiert. Das Band selbst kann nur innerhalb der ersten sechs Wochen nach der Verletzung genäht werden, da es schrumpft, aber dieses Zeitfenster ist in der Realität oft schon vergangen“, erklärt Dr. Petra Scheffer. Im Fall von Max Kruse wurde die Verletzung rechtzeitig erkannt.

Doch aufgrund des extremen Unfallmechanismus waren die Handwurzelknochen nicht nur auseinandergewichen, sondern auch verdreht. „Diese Form der Instabilität ist selten und operativ sehr anspruchsvoll“, erklärt die Chefärztin. Bei der Operation wurden die Knochen zunächst anatomisch korrekt repositioniert und das gerissene Band mithilfe einer körpereigenen Sehne rekonstruiert. Ziel war es, das Gelenk zu stabilisieren und gleichzeitig beweglich zu halten. „Eine Versteifung bleibt immer eine Option, wenn eine Rekonstruktion nicht erfolgreich ist. Deshalb versuchen wir – wenn möglich – zunächst den gelenkerhaltenden Eingriff“, erklärt Dr. Petra Scheffer.

Schneller Heilungsverlauf – dank Medizin und Eigeninitiative

Der Heilungsverlauf verlief überdurchschnittlich gut. Bereits zwei Wochen nach Gipsabnahme zeigte sich eine sehr gute Beweglichkeit des Handgelenks, trotz acht Wochen Gips. Neben dem operativen Erfolg spielte die hohe Eigeninitiative des Patienten eine entscheidende Rolle. „Der Patient muss über die Physiotherapie hinaus einen Großteil der Rehabilitation selbst leisten. Herr Kruse hat das in vorbildlicher Weise getan“, betont Dr. Petra Scheffer.

Inzwischen hat Max Kruse das Training wieder aufgenommen und arbeitet gezielt am Kraftaufbau. „Ich wusste, dass es lange dauern würde. Aber bereits nach der ersten Begegnung mit Frau Dr. Scheffer hatte ich keinen Zweifel mehr daran, dass ich zurückkommen kann. Das gab mir Kraft!“ Seine Motivation: „Wieder große Sprünge springen zu können. Das ist für mich das Schönste!“

Offenheit über Risiken und mentale Gesundheit

Max Kruse wendet sich mit seiner Geschichte bewusst an die Öffentlichkeit. „Mir ist es sehr wichtig, zu zeigen, dass auch schwierige Themen zum Sport dazugehören. Man sieht immer nur die perfekten Sprünge. Keiner sieht die Arbeit, die hinter so einem Sport steckt oder was für einen Preis man in Wirklichkeit dafür zahlt, um ganz oben mitzuspielen. Ich habe viele Freunde in diesem Sport verloren – durch Unfälle oder durch die Folgen schwerer Verletzungen. Darüber muss man offen reden. Und man sollte auch offen und ehrlich sagen und zeigen, wenn es einem emotional nicht gut geht. Ich möchte authentisch sein und zugeben, dass mich die Handverletzung auch stark psychisch belastet hat. Körperliche und mentale Gesundheit gehören zusammen. Deshalb möchte ich anderen den Rat geben: Hört auf euren Körper, übernehmt Verantwortung für euch selbst – und sprecht darüber, wenn es euch nicht gut geht.

Heute ist Max Kruse vor allem eines: dankbar. „Für das Leben. Das ist wunderschön.“

Über die Sportklinik Hellersen

Die Sportklinik Hellersen ist eine hochspezialisierte Klinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin und Endoprothetik in Lüdenscheid. Jährlich behandeln unsere Ärzteteams rund 50.000 Patientinnen und Patienten – von Nicht-Sportlern über Freizeitsportler bis hin zu Spitzensportlern. Besondere Schwerpunkte bilden das Deutsche Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum, das Zentrum für künstlichen Gelenkersatz, die Spezielle Schmerzmedizin sowie die sportmedizinische Betreuung im Auftrag von LSB und DOSB. Ergänzt wird das Angebot durch plastisch-ästhetische Eingriffe und ein eng angebundenes MVZ mit sieben Standorten.

Unter der Trägerschaft des Sporthilfe NRW e.V. steht die Klinik seit mehr als 80 Jahren für interdisziplinäre Versorgung auf höchstem Niveau. Seit 2023 treibt sie mit dem Hellersen Hospital gezielt die internationale Vernetzung und den globalen Wissenstransfer voran.

Pressekontakt: Sportklinik Hellersen

Marketing und PR, marketing@hellersen.de

Sarah Burghaus, Pressesprecherin, Head of Marketing, PR & Customer Service

Sarah.Burghaus@hellersen.de