

## Ein Ganglion – Was ist denn das?

Der ein oder andere kennt es vielleicht: eine Art kleine Beule z.B. am Handgelenk, die sich derb anfühlt und ein bisschen verschieben lässt. Manchmal ist sie etwas druckempfindlich, bereitet aber in der Regel keine Schmerzen. Bei diesem meist spontan auftretenden „Knubbel“ könnte es sich um ein Ganglion handeln. Man versteht darunter eine flüssigkeitsgefüllte Zyste, die ihren Ursprung im Innern des Gelenks hat.

Unsere Gelenke erlauben, je nach „Bauart“ die Bewegung in eine oder mehrere Richtungen. Es gibt Scharniergelenke wie an den Fingern, das Sattelgelenk am Daumen bietet etwas mehr Beweglichkeit und ein Kugelgelenk wie die Schulter ermöglicht so-gar Rotationsbewegungen. Der grundsätzliche Aufbau ist jedoch gleich: ein Gelenk besteht aus Gelenkspalt und Gelenkkapsel. Der Gelenkspalt liegt zwischen den beiden Knochen. Sie sind an ihrem Ende mit einer Knorpelschicht überzogen, damit nicht Knochen auf Knochen reibt. Dieser Spalt wird durch die zweischichtige Gelenkkapsel umschlossen. Sie besteht außen aus einer festen Kollagenschicht und innen aus einer lockeren Bindegewebsmembran, die eine gallertige Flüssigkeit, die Synovialflüssigkeit, absondert. Umgangssprachlich wird sie treffend als „Gelenkschmiere“ bezeichnet. Für die Beweglichkeit ist der Muskel zuständig. Dessen mittlerer Teil kann sich zusammenziehen. Damit diese Kontraktion aufs Gelenk übertragen werden kann, endet der Muskel in einem dünnen, parallel verlaufenden Faserbündel, der Sehne, die am Knochen haftet. Da die Sehnen an manchen Stellen direkt am Knochen verlaufen oder sogar über das Gelenk hinweg, sind sie an solchen Stellen in „Röhren“, die Seh-nenscheiden, eingebettet. Diese sind ebenfalls mit Synovialflüssigkeit ausgekleidet, was eine Reibung verhindern



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

soll. Gerade an solchen Stellen, am Gelenk oder an der Seh-nenscheide kann sich ein solches Ganglion bilden. Es entsteht, wenn durch eine undichte Stelle der Kapselhülle Synovialflüssigkeit austritt und die weiche Gelenkhaut beulenförmig nach außen drückt. Als Ursache nimmt man eine Bindegewebschwäche an. Manchmal geht aber auch eine Verletzung oder Entzündung am Gelenk voraus. Aus diesem Grund treten Ganglien meist an stark belasteten Gelenken wie z.B. am Handgelenk auf: Die Zyste bleibt durch den Stiel mit dem Gelenkspalt verbunden. Manchmal verschwindet ein Ganglion von selbst wieder, wenn man das Gelenk eine Zeit lang schont. Da es sich nicht um eine bösartige Wucherung handelt, muss ein Ganglion nicht entfernt werden. Oftmals stellt es auch nur ein kosmetisches Problem dar und stört sonst den Betroffenen kaum. Wenn es allerdings zu Schmerzen oder Bewegungseinschränkungen kommt oder das Ganglion auf Nerven drückt und zu Taubheitsgefühl führt, gibt es mehrere Behandlungsmöglichkeiten: es besteht die Möglichkeit der Punktion, durch die die Flüssigkeit abgesaugt wird, oder der operativen Entfernung. Leider schließen aber beide Methoden nicht aus, dass das Ganglion sich wieder bildet.

**Ihr Apotheker  
Dr. Lutz Engelmann**