

## Erkrankungen des Rheumatischen Formenkreises Teil III

Arthrose gilt als typische Alterserkrankung und Verschleißerscheinung. Sie wird ebenfalls dem rheumatischen Formenkreis zugeordnet. Die meisten unserer Gelenke bestehen aus einem Gelenkkopf, der in einer Gelenkpfanne liegt. Diese ist von einer Knorpelschicht überzogen. Die beiden Gelenkteile sind durch einen kleinen Spalt getrennt, der mit einer viskosen Flüssigkeit gefüllt ist. Die umgebende Gelenkkapsel sowie die Muskulatur stabilisieren das Gelenk.

Der Knorpel dient quasi als Stoßdämpfer. Die Knorpelmatrix besteht aus Kollagen- und Elastinfasern, in die Chondroitin und Hyaluronsäure eingelagert sind. Diese besitzt ein hohes Wasserbindungsvermögen. Da der Knorpel nicht durchblutet ist, wird er durch Diffusion aus der Gelenkflüssigkeit mit Nährstoffen versorgt.

Der Knorpel selbst unterliegt einem ständigen Umbauprozess. Dabei halten sich Auf- und Abbau das Gleichgewicht. Ist dieses jedoch so gestört, dass Abbauprozesse überwiegen, kommt es zur Arthrose. Man geht heute davon aus, dass diese Verschleißerscheinungen nicht nur durch mechanische Reizung verursacht werden, sondern dass die Chondrozyten (Knorpelzellen) selbst die Knorpelsubstanz schädigen. Warum das so ist, ist allerdings noch nicht geklärt. Der ursprünglich glatte Knorpel wird rau, uneben und rissig und wird zunehmend weniger, bis Knochen auf Knochen reibt. Durch Knorpelabbau entsteht zusätzlich eine Entzündung im Gelenk.

Arthrose entsteht meist an stark belasteten Gelenken wie Hüfte oder Knie. Sie entwickelt sich langsam. Erste Symptome sind leichte Schmerzen nach einer längeren Ruhephase. Dieser



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

Anlaufschmerz bessert sich durch Bewegung. Später schmerzen die Gelenke nach längeren Belastungen wie zum Beispiel längeren Spaziergängen. Ist die Arthrose weit fortgeschritten, kommt es zu Ruheschmerzen, Bewegungseinschränkungen, Schwellungen und Gelenkversteifungen. Arthrose kann auch in jungen Jahren auftreten, wenn man zum Beispiel intensiven Sport betreibt. Kritisch sind Ballsportarten, Tennis oder Kampfsport, die mit ruckartigen Bewegungen einhergehen oder auch Übergewicht.

Ziel einer medikamentösen Behandlung ist es, Entzündungen und Schmerzen zu lindern.

Dazu kommen Wirkstoffe wie Diclofenac, Ibuprofen oder Naproxen zum Einsatz sowie der selektive Cyclooxygenasehemmer Celecoxib. Als Nahrungsergänzungsmittel sind diverse Vitaminkombinationen und Chondroprotektiva mit Glucosamin, Chondroitin und Hyaluronsäure im Handel, die als Knorpelbausteine den Abbau des Knorpels verlangsamen sollen.

**Ihr Apotheker  
Dr. Lutz Engelmann**