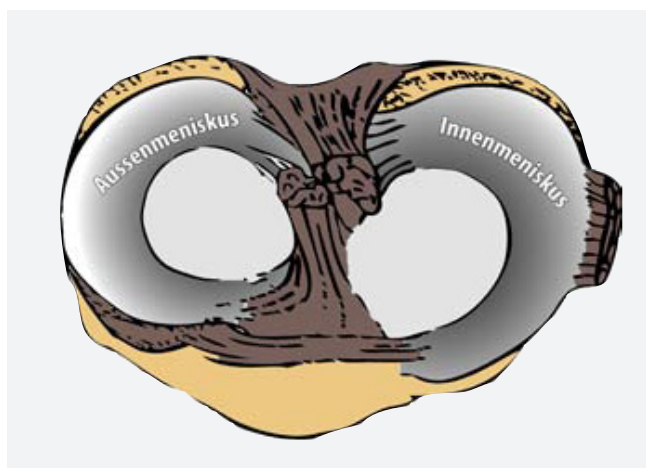


## Meniskus Verletzung

Der Meniskus ist ein halbmondförmiger Faserknorpel im Kniegelenk. Er hat eine Stossdämpferfunktion und er führt und stabilisiert das Kniegelenk. Bei einer Verletzung kann er einklemmen und zu Schmerzen führen.



*Es gibt einen inneren und einen äusseren Meniskus welche aus Faserknorpel bestehen.*

### Hintergrund und Abklärung

Meniskusverletzungen sind häufig. Meistens führt ein Unfall wie beispielsweise das Verdrehen des Kniegelenkes zu einer Meniskusverletzung. Die typischen Symptome sind Schmerzen bei Drehbewegungen, unter Belastung aber auch während der Nacht. Die Verdachtsdiagnose kann durch eine gezielte Untersuchung bei ihrem behandelnden Arzt gestellt werden. Die definitive Diagnose wird heute meistens durch eine MRI Untersuchung bestätigt.

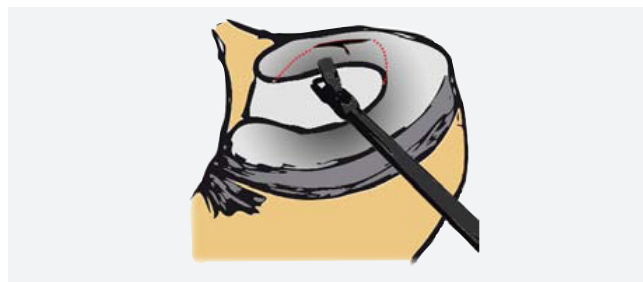
### Die Operation

Die Meniskuschirurgie ist eine arthroskopische Operation. Das bedeutet, dass das Kniegelenk mit einer Kamera eingesehen wird (Spiegelung). Es sind dazu lediglich 2-3 kleine Hautschnitte nötig. Über diese kleinen Schnitte kann die Meniskusverletzung behandelt werden. Grundsätzlich gibt es zwei Möglichkeiten der operativen Behandlung:

### Meniskus Teilentfernung

In den meisten Fällen wird eine Teilentfernung des Meniskus durchgeführt. Dabei werden die beschädigten Meniskusanteile mit speziellen Instrumenten abgetragen. Der Meniskusanteil, welcher noch intakt und stabil ist, wird im Gelenk

belassen. Damit bleibt ein Teil der Stossdämpferfunktion erhalten. Für die Operation ist ein kurzer Spitalaufenthalt nötig. Nach der Operation klingen die Beschwerden ab. Für eine Bürotätigkeit muss mit einem Arbeitsausfall von ca. 1 Woche, für körperlich anstrengende Tätigkeiten mit 3-5 Wochen gerechnet werden.



### Meniskusnaht

Im Falle einer geeigneten Verletzung kann der Meniskus auch genäht werden. Dazu müssen aber verschiedene Bedingungen erfüllt sein. Die Verletzung muss frisch und eindeutig durch einen Unfall verursacht sein. Der Patient sollte möglichst jung sein (idealerweise unter 25 Jahren). Die Verletzung muss in der Nähe der Gelenkkapsel liegen, da nur dort eine Blutversorgung vorhanden ist. Ansonsten sind die Heilungschancen ungenügend. Oftmals wird auch erst während der Operation entschieden ob der Meniskus genäht werden kann. Heilt die Meniskusverletzung hat dies den grossen Vorteil, dass die Stossdämpferfunktion erhalten werden kann. Dies ist der beste Schutz gegen die Arthroseentwicklung. Die Heilungschancen betragen in geeigneten Fällen gemäss Literatur 80-90%. Nach der Operation muss das Kniegelenk mit Stöcken während 6 Wochen geschont werden. Intensive sportliche Aktivitäten sollten nicht vor 6 Monaten durchgeführt werden.

