

Meine Stadt.  
Mein Klinikum.  
**Mein Magazin.**



# Bis auf die Knochen

**Rheuma**  
Seite 3

**Operieren um  
jeden Preis?**  
Seite 4

**Schulerschmerzen**  
Seite 6  
**Osteoporose**  
Seite 7

## In diesem Heft: Knochen, Muskeln und Gelenke im Dreiklang

Der menschliche Bewegungsapparat ist ein ausgeklügeltes System: Über 200 Knochen sind im Körper eines Erwachsenen durch Gelenke und Bänder verbunden. Sie sorgen für Stabilität, schützen die inneren Organe und produzieren Blutkörperchen.

Muskelgewebe macht beim gesunden Menschen etwa die Hälfte des Körpergewichts aus. Regelmäßige Bewegung stärkt die Muskulatur, verbessert die Durchblutung und senkt das Verletzungsrisiko. Doch heute bewegt sich der moderne Mensch etwa zwei Drittel weniger als vor 100 Jahren. Dies hat erhebliche Folgen für unseren Bewegungsapparat.

Eine ausgewogene Mischung von regelmäßiger Bewegung, gesunder Ernährung und ausreichender Ruhe ist der Schlüssel zur Erhaltung der Gesundheit von Knochen, Muskeln und Gelenken. Prävention ist somit die beste Medizin. Reicht sie nicht (mehr) aus, stehen Experten in Dresdner Praxen und Kliniken wie der unseren bereit, um zu helfen.

Unserem Bewegungsapparat und damit verbundenen Erkrankungen sind wir in dieser Ausgabe auf der Spur. Unser nächstes Magazin stellt Herz- und Gefäßkrankheiten in den Fokus.



## Gewußt?

Der Mensch besitzt

über **200** Knochen



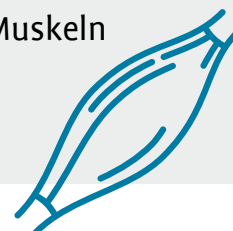
etwa **100** Gelenke



genauso viele Halswirbel wie eine Giraffe



**656** Muskeln



## Inhalt

- 3 Rheuma – Keine Frage des Alters
- 4 Gelenkprobleme: Operieren um jeden Preis?
- 5 Physiotherapie im Klinikalltag
- 6 Schnelle Hilfe bei Schulterschmerzen
- 6 Entzündung der Wirbelsäulenkörper
- 7 Osteoporose – die große Unbekannte



# Rheuma – Keine Frage des Alters

Rheuma ist eine Erkrankung, die viele Menschen automatisch mit dem Alter verbinden. Doch auch Kinder und Jugendliche können betroffen sein. In Deutschland leiden etwa 25 000 Kinder an rheumatischen Erkrankungen.

Ein zentraler Bestandteil des Behandlungsspektrums der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Standort Neustadt/Trachau ist die Rheumatologie. „Typisch für junge Menschen ist die juvenile idiopathische Arthritis“, erläutert Dr. Georg Heubner, Chefarzt der Klinik und Rheumatologe. Diese chronische Gelenkentzündung unbekannter Ursache kann zu schweren Komplikationen führen. Im Gegensatz dazu klingt der oft vorkommende Hüftschuppen, eine plötzliche, nicht bakterielle Entzündung des Hüftgelenks, zumeist schnell ab.

Ein entscheidender Unterschied zwischen chronischen und temporären Formen liegt im Erhalt der Gelenkfunktion.

Bei temporären Formen bleiben diese meist unbeeinträchtigt, während chronische Entzündungen das Risiko bleibender Bewegungsstörungen bergen. Eine frühzeitige Diagnose ist daher entscheidend. Doch die gestaltet sich bei Kindern schwierig, weil jene oft keine, oder nur geringe Schmerzsymptome zeigen. Häufiger fällt ein verändertes Gangbild auf. Auch entzündliche Gefäßerkrankungen wie die leukozytoklastische Vaskulitis oder das Kawasaki-Syndrom erfordern eine frühzeitige Diagnose, um schwere Folgen zu verhindern. Medikamentöse Therapien und Physiotherapie helfen heute, schwere körperliche Schäden weitgehend zu vermeiden.

## Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Chefarzt

Dr. Georg Heubner

☎ 0351 856-2502



## Wenn das Immunsystem den eigenen Körper angreift

Viele Menschen über 50 klagen über Gelenksbeschwerden. Morgens hinkt man bis zur Schlafzimmertür, statt langem Stehen setzt man sich lieber und beim Bücken tut das Kreuz weh. Solche Beschwerden sind zumeist altersbedingt und entstehen durch den natürlichen Verschleiß der Gelenke und Muskeln. Doch ist das in den meisten Fällen harmlos.

Entzündlich-rheumatische Erkrankungen dagegen stellen ernsthafte Autoimmunerkrankungen dar. Hier greift das Immunsystem den eigenen Körper an.

Auslöser können Viren, Bakterien, hormonelle Veränderungen oder Stress sein. Die genaue Ursache bleibt oft unklar. Betroffene kämpfen mit Symptomen wie Morgensteifigkeit, Schmerzen und Erschöpfung. Sie müssen sich häufig an einen neuen

Lebensrhythmus gewöhnen. Je früher die Erkrankung erkannt wird, desto besser ist die Prognose.

Dank moderner Therapien wie der Antikörpertherapie, hat sich die Lebensqualität vieler Patienten heute erheblich verbessert. Das Rheumatologische Zentrum am städtischen

Klinikum ist das einzige seiner Art im Krankenhausplan Sachsens und widmet sich der umfassenden Diagnostik und Therapie aller entzündlich-rheumatischen Erkrankungen mit besonderen Schwerpunkten auf Vaskulitiden, Kollagenosen, Fiebersyndromen und entzündlichen Gelenkerkrankungen. Ein funktionierendes interdisziplinäres Netzwerk trägt wesentlich zum Erfolg bei. Um noch effektivere Therapien zu entwickeln, werden zudem Studien durchgeführt.



Foto: Adobe Stock

## Rheumatologisches Zentrum

Chefärztin

Dr. Leonore Unger

☎ 0351 480-1347





Das Ziel ist, für jeden Patienten die individuell bestmögliche Therapie auszuwählen, mit dem Grundsatz, so wenig wie möglich, aber so viel wie nötig zu operieren. Moderne »FastTrack«-Konzepte fördern eine schnelle Genesung.



# Gelenkprobleme: Operieren um jeden Preis?



**V**on den Kopfgelenken bis zu den Zehen können wir im Städtischen Klinikum Dresden Patienten beraten und versorgen“, sagt Prof. Dr. Torsten Kluba, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie. Im Fokus steht dabei, die individuell beste Therapie für jeden Patienten zu finden und dabei so wenig wie möglich, aber so viel wie nötig zu operieren. Ein enges standortübergreifendes Zusammenspiel verschiedener Fachbereiche

und deren Expertise ist der Schlüssel dafür und eröffnet eine Vielzahl von Therapieoptionen. Bei einer Knie-Arthrose beispielsweise reicht das Spektrum von medikamentöser Behandlung über Knorpelzelltherapie und gelenkerhaltende arthroskopische Eingriffe bis hin zu Teilgelenkprothesen und vollständigem Gelenkersatz. Die Wahl der Therapie erfolgt individuell nach dem gesundheitlichen Zustand, Alter und Lebensentwurf des Patienten.

Ein gutes OP-Ergebnis erfordert mehr als nur operatives Geschick. Große Studien haben bewiesen, dass »FastTrack«-Konzepte Patienten helfen, nach einem operativen Eingriff schneller und besser zu genesen. Diese Konzepte zielen darauf, die organisatorischen Abläufe vor, während und nach der Operation sowie die fachübergreifende Zusammenarbeit zu optimieren. Weniger Komplikationen wie Thrombosen und Wundinfekte gehören zu den Vorteilen. Insbesondere in der Hüft- und Knie-Endoprothetik sind sie in Bezug auf die Frühmobilisierung und das klinische Ergebnis hochwirksam. Auch die Patienten sind stärker in den Prozess eingebunden. In umfassenden Schulungen lernen sie vor dem Eingriff alles Wichtige und üben das Gehen an den Unterarmgehstützen sowie den Muskelaufbau.

*„Wir wollen ein gutes Ergebnis im Sinne des Patienten erreichen.“*

Zum Vermeiden von Komplikationen gehört zudem, dass notwendige Medikamente, beispielsweise beim Diabetes, gut eingestellt sind. Infektionsherde wie Harnwegsinfekte, bakterielle Besiedlung der Haut oder Übergewicht sind bekannte Risikofaktoren für einen schlechteren Verlauf, deshalb wird auch darauf geschaut. „Wir wollen nicht nur operieren, sondern ein gutes Ergebnis im Sinne des Patienten erreichen“, unterstreicht Prof. Kluba.

Zunehmend verlegen kleinere Kliniken, die unter anderem keine Intensivmedizin, keinen Kernspintomografen und keine Strahlentherapie haben, Patienten an große spezialisierte Häuser wie das Städtische Klinikum Dresden. „Das führt zu einer gewissen Selektion und bedeutet, dass wir immer mehr sehr schwere Verläufe sehen und versorgen“, erklärt Prof. Dr.



Foto: Füssel

Kluba. Das ist jeden Tag aufs Neue herausfordernd, spricht aber für die Expertise im städtischen Klinikum und vergleichbaren Häusern und stärkt diese gleichzeitig.

Moderne Medizin setzt heute nicht nur auf operative Eingriffe, sondern auch auf eine umfassende, patientenzentrierte Betreuung. Dazu gehören die Auswahl

der bestmöglichen Therapie, die gezielte Vorbereitung des Patienten und eine intensive Nachsorge, um eine schnelle und komplikationsfreie Genesung zu fördern.

#### EndoProthetikZentrum

Koordinator: Oberarzt  
Dr. Andreas Weber

☎ 0351 480-1561



## Vor und nach der OP – Physiotherapie im Klinikalltag



Foto: Piffczyk

Physiotherapeuten – sie lindern Schmerzen, fördern Heilungsprozesse, verbessern Kraft und Flexibilität. In unserem Klinikum beginnt ihr spezialisierter Einsatz oft schon vor einer Operation; vor allem mit Aufklärungsarbeit, Informationen und ersten praktischen Übungen. Steht beispielsweise der Einsatz eines künstlichen Hüftgelenks bevor, lädt das Physiotherapie-Team etwa eine Woche vor der OP zu einem Termin ein. Hier werden wichtige Bewegungsabläufe für die Zeit direkt nach dem Eingriff besprochen und gemeinsam geübt. Unsere Phy-

siotherapeuten zeigen hilfreiche Tricks und den richtigen Umgang mit Hilfsmitteln, etwa das Gehen an Unterarmstützen – sei es auf dem Flur oder beim Treppensteigen.

Wenige Stunden nach der OP sind unsere Physiotherapeuten wieder zur Stelle und leiten mit gezielten Übungen und Informationen zur größtmöglichen Selbstständigkeit an. Sie fördern so die rasche Mobilisation aus dem Bett und helfen Komplikationen zu vermeiden. Damit sind unsere Physiotherapeuten ein wichtiger Bestandteil im multiprofessionellen Team.

## Schnelle Hilfe bei Schulterschmerzen

Schulterschmerzen können das tägliche Leben erheblich beeinträchtigen. Ob durch einen Sturz beim Fahrradfahren oder altersbedingte Abnutzung – Schulterverletzungen und -erkrankungen sind vielfältig und oft schmerzhaft. In der Schultersprechstunde am Standort Neustadt/Trachau finden Betroffene schnelle und kompetente Hilfe. Oberarzt Dr. Tilo Meyner ist hier seit sieben Jahren der Experte für Schulterverletzungen. Er betreut die Sprechstunde und führt jährlich etwa 200 Schulteroperationen durch.

Foto: Adobe Stock



Die häufigsten Schulterprobleme sind Risse der Rotatorenmanschette, auch: Muskel-Sehnen-Kappe, Verletzungen der Bizepssehne und die abnutzungsbedingte Schultergelenksarthrose. Bei älteren Patienten führen diese Abnutzungserscheinungen zu Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Eine sogenannte inverse Schulterprothese lindert schnell die Beschwerden bei verbesserter Funktion des Armes.

Jüngere Patienten kommen oft nach Unfällen mit dem Fahrrad oder beim Sport zu ihm. „Eine rasche Behandlung ist insbesondere bei Rotatorenmanschetten-

rissen entscheidend, um Muskelverkürzungen zu verhindern“, betont Dr. Meyner.

Termine für seine Schultersprechstunde bekommen Betroffene zeitnah und unkompliziert. Während man anderswo oft mit langen Wartezeiten rechnen muss, können Patienten hier – sofern nötig und sinnvoll – innerhalb von zwei bis drei Wochen operiert werden. „Das ist besonders wichtig, denn Zeit spielt bei vielen Schulterverletzungen eine große Rolle“, erklärt der erfahrene Unfallchirurg. Die enge Zusammenarbeit mit anderen Fachbereichen und die stationären Rahmenbedingungen sorgen für zusätzliche Sicherheit – selbst beim ambulanten Eingriff.

### Klinik für Unfall-, Wiederherstellungs- und Orthopädische Chirurgie

Chefarzt: Priv.-Doz.

Dr. Jan Heineck

☎ 0351 856-2002



## Häufig unerkannt – Entzündung der Wirbelkörper

Die Spondylodiszitis ist eine seltene Entzündung der Wirbelkörper und Bandscheiben, die auf jeder Höhe der Wirbelsäule auftreten kann. Die Symptome reichen von unauffällig bis hin zu schweren, septischen Krankheitsbildern mit Lähmungen. Besonders betroffen sind ältere Menschen und Patienten mit Immunschwäche. Häufig bleibt der auslösende Keim unerkannt. Die Spondylodiszitis kann lebensbedrohlich sein, da sie oft erst erkannt wird, wenn sie bereits weit fortgeschritten ist.

Früher sind Betroffene zumeist mit Antibiotika und Bettruhe behandelt worden, was für ältere Patienten risikoreich ist. Heute wird nur in leichteren Fällen konservativ behandelt. Bei schwereren mit beeinträchtigter Stabilität der Wirbelsäule oder neurologischen Ausfällen ist eine Operation notwendig. Das Ziel ist, die Entzündung auszuheilen und die Wirbelsäule zu stabilisieren. Für eine erfolgreiche Therapie arbeiten die Experten fach- und standortübergreifend zusammen.



Foto: Adobe Stock

### Wirbelsäulenzentrum

Sprecher: Chefarzt

Prof. Dr. Florian

Stockhammer



## Selbsthilfegruppen



- Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e. V.
- Gesellschaft für Osteogenesis imperfecta Betroffene e. V.
- CRPS – Morbus Sudeck
- Osteoporose

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)

☎ 0351 488- 4999





# Osteoporose – die große Unbekannte

**N**och immer gehört es zum klinischen Alltag, dass Patienten mit osteoporotischen Frakturen in Notaufnahmen kommen, ohne von ihrer Erkrankung zu wissen. Vor allem Handgelenksbrüche können auf eine Osteoporose hindeuten. Dabei zählt diese Erkrankung laut der WHO zu den zehn häufigsten weltweit. Sie zeichnet sich durch eine verminderte Knochendichte und eine poröse Knochenstruktur aus. Deshalb wird sie umgangssprachlich auch als Knochenschwund bezeichnet. Weil sie sich lange Zeit ohne Symptome entwickelt, bleibt sie trotz ihrer Häufigkeit jedoch oft unentdeckt.

## Interdisziplinäre Versorgung

Seit 20 Jahren bietet das Osteoporosezentrum am Städtischen Klinikum Dresden eine spezialisierte Anlaufstelle für Patienten mit Osteoporose und anderen Knochenerkrankungen. Das Zentrum war das erste seiner Art in Sachsen und das dritte in ganz Deutschland. Das fachübergreifende Team hat sich zur Aufgabe gesetzt, eine umfassende Versorgung von der Erstdiagnostik bis zur langfristigen Nachsorge zu gewährleisten und dabei vor allem komplizierte Fälle zu betreuen.

Die operative Versorgung von Knochenbrüchen spielt eine zentrale Rolle,

um die Selbstständigkeit der Patienten zu erhalten. Dennoch wird auch auf konservative Therapien großer Wert gelegt. Oberarzt Dr. Andreas Weber, Leiter der konservativen Orthopädie, bringt hier seine langjährige Erfahrung ein.

„Bei Akutpatienten mit Kurzaufenthalt im Klinikum ist unser Ziel, die Betroffenen für ihre Osteoporose-Erkrankung zu sensibilisieren und den Weg in die ambulante Versorgung zu ebnen“, betont Oberarzt Christoph Böhme, Unfallchirurg und stellvertretender Leiter des Zentrums. Bei schwereren Fällen wie Wirbelkörperfrakturen und hüftgelenknahen Knochenbrüchen, erfolgt eine umfassende Diagnostik sowie der Beginn einer Basistherapie. Dies bildet die Grundlage für eine spezifische Osteoporosetherapie.

## Herausforderungen und Zukunftsperspektiven

Trotz erheblicher Fortschritte gibt es noch viel zu tun. Studien der Internationalen Osteoporose Stiftung (IOF) zeigen, dass Osteoporose auch in Deutschland nach wie vor zu selten diagnostiziert und behandelt wird. Das Team des Osteoporosezentrums Dresden arbeitet kontinuierlich daran, das Bewusstsein für diese Krankheit zu schärfen.

## Für gesunde Knochen



- **Kalziumreich ernähren**  
1 000 bis 1 200 mg täglich, zum Beispiel aus Milchprodukten, grünem Gemüse, Nüssen
- **Kalziumräuber reduzieren**  
weniger Cola, Schmelzkäse, Rhabarber, Kakao
- **Vitamin D**  
durch Sonnenexposition, fetten Fisch, Eier, ggf. medikamentös (wichtig: Spiegelkontrolle gegen Überdosierung)
- **Ausreichend Folsäure**  
grünes Blattgemüse, Hülsenfrüchte, Vollkornprodukte
- **regelmäßige Bewegung und Sport**
- **Rauchen und Alkohol vermeiden**



Foto: Adobe Stock

## Osteoporosezentrum

Leiterin: Chefärztin  
Dr. Leonore Unger





**Komm ins  
Team**

# Komm in unseren OP – *per Video oder an unsere Seite!*



- überdurchschnittliches Gehalt nach Tarif
- 30+ Urlaubstage
- flexible Urlaubspläne

[www.klinikum-dresden.de/karriere](http://www.klinikum-dresden.de/karriere)



Städtisches Klinikum  
**Dresden**

**175** JAHRE  Städtisches Klinikum  
Dresden

#### Impressum

Mein Magazin  
Herausgeber:  
Städtisches Klinikum Dresden  
Friedrichstraße 41 | 01067 Dresden  
[www.klinikum-dresden.de](http://www.klinikum-dresden.de)

Redaktion  
Sabine Hunger  
Viviane Piffczyk  
Anja Witthauer  
Dr. André Fleck  
Telefon: 0351 480-3170

Layout und Satz  
Volkmar Spiller, Büro für Gestaltung  
Druck  
Druckerei Vettters GmbH & Co.KG  
Versand  
DDV Druck GmbH

Auflage 165 000 Stück

Aus Gründen der Lesbarkeit wird vorwiegend das generische Maskulinum verwendet, die weibliche und andere Formen sind mit eingeschlossen.