

# Rhizarthrose

Die häufigste Arthrose  
der Hand



# **Liebe Patientinnen, liebe Patienten, liebe Interessierte,**

Druckschmerz, schmerzhaftes Drehbewegungen, zum Beispiel beim Aufdrehen einer Flasche, oder der Kraftverlust beim Greifen – das sind typische Symptome einer Rhizarthrose. Mit der Zeit kann sich auch eine Fehlstellung des Daumens bilden. Eine eindeutige Ursache für eine Rhizarthrose ist bisher nicht bekannt, besonders häufig sind allerdings Frauen in den Wechseljahren betroffen. Übergewicht, übermäßige Belastung und genetisch bedingte Veranlagungen bedingen das Auftreten der Rhizarthrose zusätzlich. Häufig sind sogar beide Daumen von der Krankheit betroffen.

## **Therapie bei Rhizarthrose**

Die Wahl des Therapieverfahrens ist abhängig vom Stadium der Rhizarthrose und demnach auch vom Zeitpunkt der Diagnose. Kann eine konservative Behandlung (Schmerzmittel, Schiene, Physiotherapie, Kortisoninjektion) oder eine Fetteinspritzung die Schmerzen nicht mehr lindern, ist eine Operation an der Hand möglich.

## **Trapezektomie bei Daumensattelgelenksarthrose**

Eine häufige Therapieform ist die Trapezektomie, die Entfernung des Vieleckbeins. Die Entfernung dieses kleinen Knochens schafft Platz zwischen Handwurzel- und Mittelhandknochen und ermöglicht somit wieder eine schmerzfreie Beweglichkeit des Daumensattelgelenkes. Die entstandene Lücke kann mit verschiedenen Operationstechniken aufgefüllt werden.



**Dr. med. Petra Scheffer**

Chefärztin

Plastische, Rekonstruktive

und Ästhetische Chirurgie/Handchirurgie

Neben der Trapezektomie hat sich die Implantation einer Daumensattelgelenksprothese bewährt, um den Daumenschmerz zu lindern. Durch diese Art von Fingergelenksprothese kann die Funktion des Daumens wieder vollständig hergestellt werden.

### **Daumensattelgelenksprothese – so verläuft die Hand-OP**

Bei der Implantation einer Daumensattelgelenksprothese werden zunächst die verschlissenen Gelenkflächen entfernt und die Endoprothese eingesetzt – ähnlich wie bei einer Hüftprothese, nur auf viel kleinerem Raum. Das Kunstgelenk besteht aus Metall und einem speziellen Kunststoff. Die Daumensattelgelenksprothese bewirkt eine Reduktion der Daumenschmerzen und eine vollständige Wiederherstellung der Beweglichkeit in alle Richtungen. Anders als bei der Trapezektomie bleibt auch die ursprüngliche Länge des Daumens erhalten. Dies trägt dazu bei, dass die Kraft nach der Operation deutlich verbessert wird. Die Implantation des Daumensattelgelenks wird in Regionalanästhesie mit einer Sedierung oder Vollnarkose durchgeführt. Das heißt, es kann auch nur der Arm betäubt werden. Mit diesem Katheter werden die Schmerzen während der OP minimiert und die Durchblutung sowie die Einheilung der Prothese verbessert. Verschiedene Implantatgrößen ermöglichen jedem Patienten den für ihn besten Gelenkersatz.





## **Die Nachbehandlung bei einem künstlichen Daumensattelgelenk**

Nach der Hand-OP wird der Daumen zunächst für die ersten beiden Wochen mit einer Orthese 24h ruhiggestellt. Für die folgenden Übungen und zum Kühlen in Ruhe kann die Orthese bereits am Tag nach der Operation abgenommen werden. Anschließend ist die Orthese für weitere vier Wochen nachts zu tragen. In dieser Zeit keine Zugübungen am Daumen sowie übermäßige Belastung oder Kraft.

Etwa 4 Tage nach der Operation erhalten Sie bei der Entlassung Rezepte für Physiotherapie und Lymphdrainage, um mit der Krankengymnastik beginnen zu können. Die Termine sollten Sie am besten schon vereinbaren, sobald Ihr OP-Termin feststeht.

Ein schrittweiser Kraftaufbau ist in der Regel nach vier bis sechs Wochen möglich. Für insgesamt 12 Wochen sollten Sie sich mit der Hand nicht kraftvoll aufstützen oder Schläge durchführen. Nach etwa drei Monaten sollten Sie den Daumen wieder uneingeschränkt beanspruchen können.

# Übungen nach dem Eingriff

Bitte führen Sie die folgenden Übungen direkt nach dem Eingriff selbstständig durch. Dafür legen Sie die Orthese vor den Übungen ab und ziehen sie anschließend wieder an.

5 Wiederholungen pro Übung, mindestens 5 Mal am Tag.

## Lockere Fingerübungen

1.



2.



3.



4.



## Seitliches Abspreizen des Daumens (Handfläche liegt auf dem Tisch)

1.



2.



## Abspreizen des Daumens (Handkante liegt auf dem Tisch)

1.



2.



**Sie haben Fragen oder wünschen  
weitere Informationen?  
Wir sind persönlich für Sie da!**



**Simone Broda**

Sekretariat Plastische, Rekonstruktive  
und Ästhetische Chirurgie/Handchirurgie



Wenn Sie Fragen haben oder einen Termin vereinbaren möchten, nehmen Sie gerne zu unseren Sprechzeiten persönlich Kontakt mit uns auf. Sie erreichen uns unter ☎ **02351 945-2228**.

**Sprechzeiten Ambulanz:**

Dienstag und Donnerstag von 8.00 – 15.00 Uhr  
und Termine nach Vereinbarung



Und auch online sind wir für Sie jederzeit erreichbar, senden Sie uns einfach eine E-Mail an **sekretariat.scheffer@hellersen.de** oder informieren Sie sich rund um unsere Klinikwelt auf unserer Internetseite **www.sportklinik-hellersen.de**.

Folgen Sie uns auch auf unseren Social-Media-Kanälen:

 **facebook.com/sportklinikhellersen**

 **instagram.com/sportklinikhellersen**

■ Sportklinik Hellersen  
Paulmannshöher Straße 17  
58515 Lüdenschaid  
Tel. 02351 945-2228  
Fax 02351 945-2097  
info@hellersen.de

