



Chirurgische Praxisklinik Geldern
M. Linzmaier & Dr. D. Schwarze
Am Bückelewall 100 – 47608 Geldern
Tel.: 02831-93490 Fax: 02831-973286
ChirurgischePraxis.Geldern@DGN.de

Epicondylitis Tennisarm

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie leiden unter einer Epicondylitis (Tennisellenbogen = Schmerzen an der Streckseite, Golfer-Ellenbogen = Schmerzen an der Beugeseite des Ellengelenkes). Um einen Tennisellenbogen zu bekommen muss man kein Sportler sein! 10 % aller Tennisspieler bekommen im Laufe ihres Lebens eine Epicondylitis, aber auch 1 - 3% der restlichen Bevölkerung ist von dieser Krankheit betroffen.

Beim Tennisellenbogen liegt die Schmerzursache in der Überbeanspruchung der "Greifmuskulatur" und der den Unterarm drehenden Muskulatur, beim Golfer-Ellenbogen insbesondere in der Überlastung der handgelenks- und fingerbeugenden Muskulatur.

Bei beiden Krankheitsbildern führt die fortgesetzte Überlastung zu entzündlich-degenerativen Veränderungen am Übergang zwischen der Muskulatur, der Knochenhaut und dem Knochen am Ellenbogen.

Abzugrenzen von der Epicondylitis sind Erkrankungen der Halswirbelsäule, degenerative oder entzündliche Gelenkerkrankungen, Nervenkompressionssyndrome oder diffuse Überlastungsschäden der Unterarmmuskulatur.

Die Behandlung ist zunächst konservativ durch Medikamente, Übungen, eventuell Hilfsmittel und umfasst Schonung, Bandagen, Dehn- und Kräftigungsübungen. Von entscheidender Bedeutung sind die Veränderungen der sportlichen, privaten oder beruflichen Aktivitäten, die die Erkrankung ausgelöst haben und die immer wieder zu Schmerzen führen. Die Beschwerden können auch nach längerem Verlauf spontan wieder abklingen.

Weitere Behandlungsmöglichkeiten sind die Spritzenbehandlung z.B. mit einer verdünnten Cortisonlösung und, bei Versagen aller konservativen Möglichkeiten über einen längeren Zeitraum, die Operation.

Bei der Operation wird der Ansatz der betroffenen Unterarmmuskulatur am Ellengelenk abgelöst und der Sehnenansatz durch die Ausheilung in einer narbigen Verlängerung entlastet (OP nach Hohmann). Beim Tennisellenbogen wird zusätzlich die Gefühls-Nervenversorgung des Epicondylus unterbrochen (OP nach Wilhelm).

Die Ergebnisse der konservativen Behandlung hängen ganz entscheidend vom frühen Beginn und der konsequenten Durchführung der oben beschriebenen Maßnahmen, insbesondere des eigenen Verhaltens, ab.

Das Ergebnis der Operation kann nicht garantiert werden. Häufig ist eine längere Nachbehandlung erforderlich.

Eine Alternative zu den oben genannten Methoden ist in erster Linie die Stoßwellentherapie. Über die Wirkung und Kosten (keine Krankenkassenleistung) informieren wie Sie gern.