

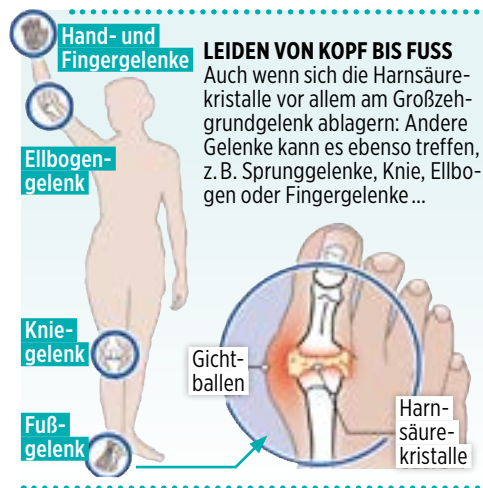
**UNTERSUCHUNG**  
Der Arzt tastet den Zeh ab, überprüft die Schmerzempfindlichkeit

# Herr Doktor, ist Gicht mittlererweile **heilbar**?

**W**ie aus dem Nichts schießt der Schmerz durch den großen Zeh, reißt Betroffene sogar aus dem Schlaf. Das ist typisch für einen akuten Gichtanfall. Da diese Stoffwechselerkrankung den Gelenken schwer schaden kann, ist eine frühe Therapie wichtig, erklärt Markus Schneppenheim, Orthopäde aus Krefeld und Präsident des Deutschen Orthopädie Netzwerks DON (siehe unten).

## Wodurch werden die Beschwerden ausgelöst?

„Der Gichtanfall entsteht, wenn sich aufgrund eines erhöhten Harnsäurespiegels (Hyperurikämie) Harnsäurekristalle anreichern – bevorzugt an Gelenken (siehe Grafik, Mitte), aber auch an Sehnen, unter der Haut... Das Immunsystem wird aktiv, bekämpft die Kristalle, es kommt zur Entzündung, begleitet von Rötungen und Schwellungen. Gicht beginnt oft am Grundgelenk der Großzehe. Auch wenn die Symptome nach einem schmerzhaften Anfall meist



**LEIDEN VON KOPF BIS FUSS**  
Auch wenn sich die Harnsäurekristalle vor allem am Großzehgrundgelenk ablagern: Andere Gelenke kann es ebenso treffen, z. B. Sprunggelenke, Knie, Ellbogen oder Fingergelenke...

von allein wieder nachlassen, sollte weiteren Anfällen besser vorgebeugt werden.“

## Weshalb ist eine frühzeitige Therapie so wichtig?

„Bei chronischer Gicht kommt es zu knöchernen Veränderungen an den Gelenken bis hin zur Gelenkerstörung. Das gilt es zu verhindern. Und auch wenn Gicht noch nicht geheilt werden kann – oft besteht eine genetische Veranlagung dazu, ist sie heute gut behandelbar. Für die Diagnose wird zu-

nächst der Harnsäurewert im Blut bestimmt. Da dieser Wert beim akuten Anfall aber meist unauffällig ist, sind weitere Messungen ratsam. Der Orthopäde kann außerdem eine Gelenkpunktion machen, sprich etwas Gelenkflüssigkeit entnehmen und untersuchen, oder er macht eine Ultraschallaufnahme vom Gelenk.“

## Wie lässt sich der hohe Harnsäurespiegel senken?

„Zur Akuttherapie gehören antientzündliche Schmerzmittel, etwa Ibuprofen, und Kühlung. Auch entzündungshemmendes Kortison kann ins Gelenk gespritzt werden. Vorbeugend unterstützen bestimmte Medikamente die Ausscheidung von Harnsäure, beziehungsweise mindern die Harnproduktion. Eine Umstellung der Ernährung ist außerdem unumgänglich. Patienten müssen möglichst purinarm essen, also vor allem pflanzenbasiert. Purine sind Zellbausteine – Fleisch, Wurst oder Innereien etwa enthalten besonders große Mengen davon. Beim Purinabbau im Körper entsteht viel Harnsäure. Daneben können bestimmte Arzneien den Wert ansteigen lassen, etwa bei einer Krebstherapie. Das muss ebenfalls berücksichtigt werden.“

## UNSER EXPERTE

Markus Schneppenheim, Facharzt für Orthopädie, OGP Krefeld, Präsident Deutsches Orthopädie Netzwerk (DON)



Sie haben Fragen zu orthopädischen Erkrankungen?  
Gerne können Sie sich auf der Seite des Deutschen Orthopädie Netzwerks (DON) informieren  
[www.dononline.de](http://www.dononline.de)



Oder stellen Sie uns Ihre Fragen per E-Mail an [info@dononline.de](mailto:info@dononline.de)