



DOPPELEFFEKT
Die fächerartige Injektion reduziert einerseits den Schmerz, unterstützt aber auch die Sehne im Heilprozess

STÄNDIG SCHMERZEN
Warten Sie nicht zu lange, bis Sie bei Beschwerden ärztlichen Rat einholen

Herr Doktor, was stoppt den

Schmerz im unteren Bein?

Manchmal melden sich die Sehnen mit fiesem Zwicken. Ob beim Sport oder beim Spaziergang, der Unterschenkel schmerzt einfach. Sie fragen sich, was dahintersteckt? Und was gegen diese Pein bloß helfen kann? Orthopäde Dr. Arnim Gleichmann aus Braunschweig klärt Sie auf. Er ist Mitglied im Deutschen Orthopädie Netzwerk (DON, siehe unten).

Was steckt hinter der Pein im Unterschenkel?

UNSER EXPERTE

Dr. med. Arnim Gleichmann, Facharzt für Orthopädie in Braunschweig sowie Mitglied im Deutschen Orthopädie Netzwerk

„Für eine Erkrankung der Sehnen im Unterschenkel gibt es ganz verschiedene Ursachen. Sportliche Aktivitäten können beispielsweise zu einer Überlas-

tung führen. Auch intensive Bewegung oder Stürze können zu Mikroverletzungen und verminderter Durchblutung der Sehne führen. Eine entzündete Achillessehne oder die Sehne in der Kniekehle, die Popliteussehne, verursachen ebenfalls großes Leiden im unteren Bein. Diese werden häufig als brennend oder ziehend beschrieben. Und im Alter verlieren die Sehnen zunehmend an Elastizität, was auch das Risiko für Reizungen erhöht.“

Was passiert, wenn ich das Problem ignoriere?

„Bleibt eine gereizte, entzündete Sehne unbehandelt, schwillt sie an, verdickt und der Schmerz verstärkt sich. Eine frühzeitige Diagnose und Behandlung ist entscheidend, um die Beschwerden in den Griff zu bekommen und langfristige Schäden zu vermeiden. Sie sollten daher

den Arztbesuch besser nicht allzu lange hinauszögern.“

Wie wird Sportlern in solchen Fällen geholfen?

„Im Spitzensport greift man gern auf eine einzigartige Therapieform zurück. Der Vorteil dieser innovativen Behandlung: einerseits hilft sie Betroffenen schnell schmerzfrei zu werden, andererseits wird die kranke Sehne aber auch bestmöglich bei der Gene-

sung unterstützt. Ergänzend helfen abschwellende Kälteauflagen, gezielte Dehnübungen und entlastende Schuheinlagen.“

Was ist das Besondere an der Sportlerspritze?

„Die hochwirksame Sportlerspritze unterstützt die Heilung so effektiv, weil sie speziell für die Behandlung von Weichteilgewebe wie Sehnen entwickelt wurde. Wissenschaftliche Studien belegen die Wirksamkeit dieser Therapieform. Der Arzt verabreicht dabei eine patentierte Substanz (Tendoplus, PZN 18747900, private Kassen zahlen bereits, 248 Euro pro Spritze für Selbstzahler), die sich mit einer fächerartigen Technik um das entzündete Gewebe legt (siehe oben). Neben den Entzündungen bilden sich entstandene Verdickungen an den Sehnen schon bald wieder zurück.“

Komplexes Gefüge



Sehnen verbinden Muskeln mit Knochen und übertragen die Muskelkraft auf das Skelett. Sie bestehen aus festem Bindegewebe, das sehr reißfest, aber wenig dehnbar ist.

Sie haben Fragen zu orthopädischen Erkrankungen?
Nutzen Sie die kostenlose Hotline des Deutschen Orthopädie Netzwerks (DON)
0800/6 73 84 11, Mo.–Fr. von 10–15 Uhr



Oder Sie finden uns unter:
www.dononline.de oder
stellen Sie uns Ihre Fragen an
info@dononline.de