

Knie

Retropatelläres Schmerzsyndrom (Chondropathia patellae)

Definition

Bei der Chondropathia patellae ("Knorpelkrankheit der Kniescheibe") handelt es sich um eine Erkrankung der knorpeligen Rückfläche der Kniescheibe.

Symptome

Schmerzen im vorderen Anteil des Kniegelenks sind typisch für ein solches Schmerzsyndrom. Oft werden starke Schmerzen vor allem beim Beugen des Kniegelenks, beim Abwärtslaufen oder beim Treppensteigen beobachtet. In schweren Fällen können eine Schwellung oder auch eine Bewegungseinschränkung auftreten.

Ursachen

Mit einer Stärke bis zu 7 mm ist der Knorpel an der Kniescheibe der dickste unseres Körpers. Die Ernährung des Knorpels erfolgt über einen Walkvorgang, der die Gelenkflüssigkeit in den Knorpel hinein- und auch wieder hinausdrückt. Dieser Walkvorgang kann nur in einem recht engen Druckbereich zuverlässig ablaufen. Wird der Anpressdruck zu hoch, wird dieser Prozess ebenso gestört wie bei zu niedrigem Druck.

Der wichtigste Streckmuskel des Kniegelenks, der M. quadriceps femoris, reagiert sehr empfindlich auf Inaktivität oder Schonung des Beines. Innerhalb von weniger als zwei Wochen büßt der mittige Kopf dieses Muskels einen Großteil seiner Kraft ein. Die resultierende Kraft, die auf den oberen Pol der Kniescheibe wirkt, verlagert sich und mit ihr die Lastverteilung im Kniescheibengleitlager.

Therapiemassnahmen

- Das Bein, wie auch immer verletzt, sollte so früh wie möglich mit gezielter Gymnastik belastet werden, um die Kraft des Oberschenkels zu erhalten. Das stellt auch die sinnvolle Behandlung der Chondropathia patellae dar, über Krankengymnastik oder Elektrostimulation den Oberschenkel aufzubauen.
- Es gibt verschiedene Bandagen, die die Führung der Kniescheibe in der Bewegung verbessern.
- **Versorgung mit orthopädischen Schuheinlagen:** Bei Kniefehlstellung (tibiofemorale Innen- oder Aussenrotation) versuchen Knie- und Fussachse möglichst übereinander zu führen.