

Arthrose ist Welt weit die häufigste Gelenkerkrankung, allein in Deutschland leiden über 20

- Sportverletzungen
- fortgesetzte Fehlbelastung der Gelenke
- Überlastungen von Gelenken
- angeborene Fehlstellungen der Gelenke
- Stoffwechselstörungen
- vermutlich auch Fehlernährung
- primäre Arthrose - ohne erkennbaren Grund, eventuell durch genetische Prägung

Der wichtigste Faktor bei der Arthrosebehandlung ist Zeit. Wird das Gelenk5 hzeitig it und die Knorpelschicht genügend Zeit sich zu regenerieren, werden Spätstadien weitg nd vermieden. Erst bei dauer ter Fehlbelastung und norpelschädigung entsteht Arthrose.

Wie ist der Krankheitsverlauf einer Arthrose?

Die Entwicklung einer Arthrose ist langsam und erläuft immer nach dem gleichen Schema.

Erste Sc idigungen des norpelgewebes verursac n keine Sc erzen, weil die Knorpel keine Blutg e enthalten, sondern durch die Gelenkflüssigkeit ernährt wird. Das Vorstadium einer Arthrose verläuft also meistens unb merkt, im Röntg b ld können jedoch schon erste Veränderungen festgestellt werden.

Stadium 1:

Der erste Sc itt ist ein Verlust der Elastizität des Gelenkknorpels. Das Knorpelgewebe lenkf dünner und eißt ein. Einzelne Knorpelzellen sterben ab.

Die Betroffenen klagen meistens über Sc erzen bei deutlicher Belastung des betroffenen Gelenkes als Gelenk- oder Muskelschmerz. Muskelschmerzen entstehen bei Fehlbelastung durch eine unb wußt eingenommene Sc nhaltung für das Gelenk, wodurch es zu Muskelverspannungen kommt.

