

Oberschenkelhalsbruch: Zurück ins Leben

Ein falscher oder unachtsamer Schritt reicht: auf die Zeitschrift, die auf den Boden gefallen ist, über die Schuhe, die man mitten im Flur abgestellt hat - und schon ist es passiert. Die meisten Älteren fallen in der häuslichen Umgebung - meist aus banalen Gründen. Der Sturz aber hat oft schlimme Folgen. Jeder zehnte Senior zieht sich dabei schwere Verletzungen zu. Etwa 130.000 Mal pro Jahr lautet die Diagnose: hüftnaher Bruch des Oberschenkelknochens - ab dem 80. Lebensjahr nimmt diese Diagnose rasant zu.

Verbesserte Aussichten auf Heilung

Eine große Angst der Gestürzten ist, nach dem Unfall nicht wieder auf die Beine zu kommen und pflegebedürftig zu werden. Doch die Chancen, den Alltag auch nach dem Sturz selbstständig zu gestalten, stehen besser denn je: Schonende Operationsverfahren und passgenaue Prothesen sowie eine ans Alter angepasste Rehabilitation machen es möglich.



Dr. Markus Graf leitet die Unfallchirurgie im Rhein-Maas Klinikum.



Die Klinik für Unfallchirurgie, Allgemeine Orthopädie und Endoprothetik ist unter **02405 62-3313** zu erreichen.

Brüche durch Osteoporose und Muskelschwund

Fehlendes Muskel- und Fettgewebe an den Hüften sorgt bei Älteren Menschen häufiger für Brüche. Auch eine Osteoporose lässt Knochen leicht splintern. Bei etwa der Hälfte der Betroffenen wird während der Operation eine Osteoporose festgestellt. Viele Patienten erfahren so überhaupt erst von ihrer Krankheit.

Jüngere fangen Stürze meist gut ab, machen einen Ausfallschritt oder stützen sich beim Fallen geschickt mit einem Arm ab. Das erfordert Fertigkeiten wie Koordination, Kraft und Reaktionsschnelligkeit. Mit dem Alter schwinden diese Fähigkeiten zunehmend. Krankheiten wie Schwindel, Parkinson, grauer Star oder Herzrhythmusstörungen können die Trittsicherheit verschärfen.

Bei Oberschenkelhalsbruch - schnelle OP

Wer solch einen Sturz beobachtet, sollte nicht zögern und den Notarzt rufen: Bei einem Bruch des Schenkelhalses erscheint das betroffene Bein kürzer als das andere und ist nach außen verdreht. Vor Schmerzen ist der Gestürzte bewegungsunfähig. Ein Bruch dieser Form wird in der Regel innerhalb von 24 Stunden operiert, um gefährliche Komplikationen durch langes Liegen wie etwa Lungenentzündungen oder Thrombosen zu vermeiden.

Auf Altersleiden spezialisierte Kliniken

Auch, wenn die Zeit manchmal drängt, sollten sich Betroffene und ihre Angehörigen vorab schlau machen, ob die betreffende Klinik auf Altersleiden spezialisiert ist. Falls nicht, sollte man nachfragen, ob man vielleicht in eine Klinik dergestalt verlegt werden kann. In alterstraumatologischen Abteilungen arbeiten Chirurgen eng mit Geriatern, Anästhesisten und Internisten zusammen. Durch eine gezielte Medikation lassen sich zudem häufig auftretende und altersabhängige Risiken, wie etwa eine vorübergehende Verwirrtheit (Delir), minimieren.

Künstliches Gelenk (Endoprothese): Information ist Gold wert

Die Mehrzahl der Patienten erhält ab dem 65. Lebensjahr ein künstliches Gelenk, eine sogenannte Totalendoprothese (TEP). Der Versuch, einen Oberschenkelhalsbruch bei älteren Menschen minimalinvasiv mithilfe von Schrauben zu fixieren, hat häufig nur geringen Erfolg. Die Verletzungen verheilen nicht gewünscht. Eine Prothese kann dabei helfen, rascher wieder mobil zu werden.

Betroffene müssen dabei auch mitarbeiten. Sie sollten sich von Ihrem Behandler über die geplante OP-Methode und deren Vor- und Nachteile aufklären lassen.

Heilungsunterstützung durch Physiotherapie

Im Rhein-Maas Klinikum besucht Sie bereits am Tag nach dem Eingriff ein Physiotherapeut - für therapeutische Übungen wie dem Aufstehen, den ersten Schritten und beispielsweise die Kräftigung des gesunden Beins. Auch, wenn die Mobilisation schnell wieder gelingt, sind viele Patientinnen und Patienten verängstigt. Dabei helfen Physio- und Ergotherapeuten auch, Ängste abzubauen und Betroffenen ihr Selbstvertrauen zurück zu schenken.

Interdisziplinäre Visiten - individuelle Therapie

Tägliche Arztvisiten sind unabdingbar. Je nach Begleiterkrankungen des Betroffenen, werden weitere Spezialisten - etwa ein Kardiologe oder Neurologe - in die Therapie miteinbezogen. Jeder Patient erhält nach einer gründlichen Anamnese einen individuellen Plan für seine Therapie. Im Rhein-Maas Klinikum sind Sie in guten Händen.