

**Zeitschrift:** Intercura : eine Publikation des Geriatriischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

**Herausgeber:** Geriatriischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

**Band:** - (2001-2002)

**Heft:** 75

**Rubrik:** Altersmythos LXXXVI : gegen Arthrosen, wie zum Beispiel Kniearthrosen, helfen nur gefährliche Medikamente oder Operationen

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 26.11.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## ALTERSMYTHOS LXXXVI

Gegen Arthrosen, wie zum Beispiel Kniearthrosen, helfen nur gefährliche Medikamente oder Operationen.

### **Wirklichkeit**

Bei vielen Arthrosen ist mit hochdosiertem Paracetamol eine gute Schmerzkontrolle mit wenig Nebenwirkungen erreichbar, vor allem in Kombination mit regelmässigem körperlichem Training unter Entlastung der betroffenen Gelenke.

### **Begründung**

Die Europäische Liga gegen Rheuma hat mit Hilfe von Fachexperten aus 33 Ländern Konsensus-Empfehlungen für die Behandlung der Gonarthrose publiziert: Ann Rheumatic Dis 2000; 59: 936-944. Sie lauten zusammengefasst:

1. Die Behandlung der Gonarthrose muss individuell erfolgen (Berücksichtigung von Alter, Begleitkrankheiten, berufliche oder andere Aktivitäten, Vorhandensein oder Fehlen von lokalen Entzündungszeichen).
2. Das optimale Management der Gonarthrose umfasst Medikamente und nicht-medikamentöse Therapien.
3. Paracetamol ist das Schmerzmittel erster Wahl und ist bei genügender Wirksamkeit über längere Zeit zu verabreichen.
4. Systemische nicht steroidale Antirheumatika sollen bei Patienten angewendet werden, die auf 4 g Paracetamol täglich oder auf Paracetamol in Kombination mit lokalen nichtsteroidalen Antirheumatika nicht ansprechen oder im Falle einer aktivierten Gonarthrose.
5. Eine Gonarthrose mit Erguss rechtfertigt eine Entlastungspunktion und eine Infiltration mit Kortikosteroiden.
6. Zu den nicht-medikamentösen Behandlungsmassnahmen gehören regelmässiges körperliches Training, die Benutzung eines Stockes, geeignetes Schuhwerk (vor allem die Sohlen), die Instruktion des Patienten und die Vermeidung von Übergewicht.
7. Leibesübungen sind äusserst empfehlenswert, besonders auch um den Quadriceps zu stärken und die normale Beweglichkeit zu erhalten.
8. Prothesen müssen in Betracht gezogen werden bei hartnäckigen Schmerzen, die zusammen mit einer Behinderung und einer radiologischen Zerstörung auftreten.