

# Arthroskopie des Kniegelenks

## Kniespiegelung

Anatomie / Merkmale des Meniskus / Meniskusriss /  
 Definition Arthrose / Operation



Zentrum für Orthopädie  
 und Neurochirurgie Hof



menschl. nah  
 kliniken hochfranken



ORTHOPÄDISCHE CHIRURGIE BAYREUTH

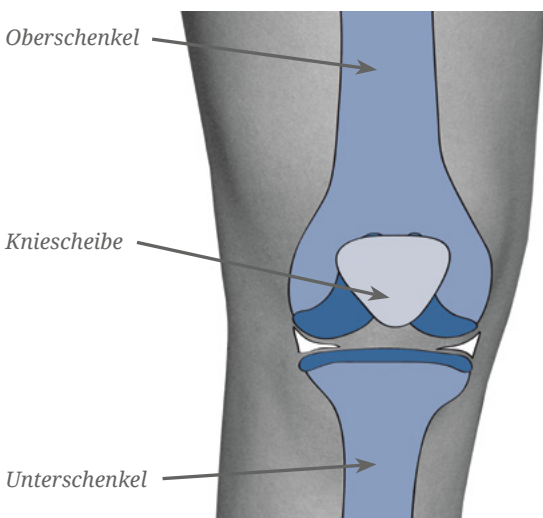
## Anatomie

Das Kniegelenk ist das größte Gelenk des Menschen. Es besteht aus drei Knochen: dem Oberschenkel, dem Unterschenkel und der Kniescheibe. Eine Gelenkkapsel umgibt das Gelenk wie eine Hülle. Straffe Bänder halten die Knochen in Position. Alle Knochenoberflächen sind mit Gelenkknorpel überzogen. Zusammen mit der von der Gelenkschleimhaut produzierten Gelenkschmiere sorgt der Knorpel für eine geringe Reibung des Gelenks.

---

## Meniskus - Meniskusfunktion

Der Meniskus ist ein sichelförmiger, harter und elastischer Knorpel, der jeweils innen bzw. außen zwischen Ober- und Unterschenkel liegt. Die Menisken haben die Aufgabe für einen Druckausgleich, eine Stoßdämpfung und für Stabilität zwischen



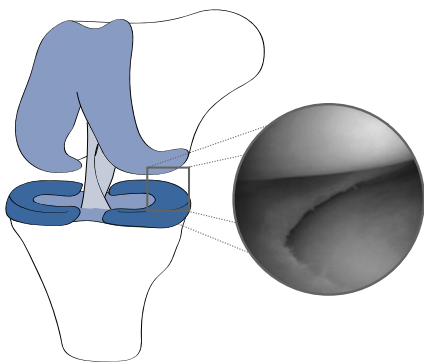
„Arthroskopie“ leitet sich ab von  
(gr.) Arthros (Gelenk) und Skopein (Schauen).

den runden Oberschenkelenden und der geraden Schienbeinoberfläche zu sorgen.

### Meniskusriss

Es ist leicht verständlich, dass der Meniskus hohen Belastungen ausgesetzt ist. Die Natur hat die Haltbarkeit der Gelenke des Menschen für ca. 45 bis 50 Jahre entwickelt. Dabei hat sie *vorgesehen*, dass der Mensch 60 bis 80 kg wiegt und als Jäger und Sammler lebt.

Heute werden wir aber über 80 Jahre alt, haben z.T. beruflich viel schwerere Belastungen als ein Jäger und Sammler und treiben verbreitet Leistungssport. Dazu wiegen viele Menschen viel mehr als in früheren Jahrhunderten.



Die Menisken sorgen für eine gute Kräfteverteilung zwischen den Gelenkflächen

Diese Belastungen kann ein Meniskus nicht 80 Jahre aushalten! Bei den meisten Menschen erleiden die Menisken bis zum 60. Lebensjahr einen Schaden.

Kommt es zu einem Riss, spürt man normalerweise für einige Zeit Schmerzen. Das liegt daran, dass mit dem Riss des Meniskusknorpels auch kleine Nervenfasern zerreißen.

Diejenigen, die auf dieses Signal hören, gehen dann zu einem Arzt und lassen das Kniegelenk untersuchen. Wird ein Meniskusriss festgestellt, wird vor allem jüngeren Menschen angeraten, den Riss des Meniskus zu entfernen oder in geeigneten Fällen zu reparieren.

---

### Was passiert ohne Operation?

Da der Meniskus ganz eng zwischen den Gelenkpartnern liegt, kommt es bei jedem Schritt zu einer verstärkten Reibung der Gelenkoberflächen wenn ein Riss vorhanden ist. Diese führt dann zur Aufrauung des Knorpels und schließlich zur Arthrose, also der Zerstörung der Knorpeloberfläche.



Knorpel bei Arthrose  
Arthrose bei Meniskusriss

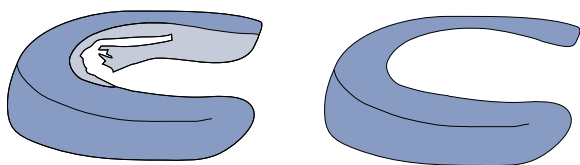


Gesunder  
Knorpel

## Was kann eine Kniegelenkspiegelung bewirken?

Bei der Kniegelenkspiegelung aufgrund eines Meniskusschadens wird in erster Linie der gerissene Meniskusanteil so sparsam wie möglich entfernt. Liegen schon größere Knorpelschädigungen vor, so werden diese meist mit speziellen sehr feinen Knorpelfräsen geglättet. Bei jungen Menschen muss aber einer Reparatur unbedingt versucht werden. Meist wird eine Naht vorgenommen.

---



Meniskus (dunkelblau unversehrt, hellblau beschädigt)  
vor und nach Reparatur

---

## Was kommt nach der Operation?

Das Kniegelenk sollte über ca. 5-7 Tage geschont werden. Eine Sportpause ist über 3 Wochen erforderlich. Eine Beübung des Gelenks und Anspannungsübungen der Beinmuskulatur sollen unmittelbar nach der Operation erfolgen.

Bei Reparaturen sind längere Zeiträume für die Rehabilitation erforderlich.

Insgesamt ist die Kniegelenkspiegelung ein kleiner, wirksamer und vorbeugender Eingriff. Über eventuelle spezielle Risiken informiert Sie Ihr Arzt.

**GenuTrain®**  
AKTIVBANDAGE



STABILISIERT UND ENTLASTET  
DAS KNIEGELENK

[BAUERFEIND.COM](http://BAUERFEIND.COM)

---

## Terminvereinbarung – Kontakt

### **Zentrum für Orthopädie und Neurochirurgie Hof**

Eppenreuther Straße 28, 95032 Hof, Tel.: 0 92 81 / 90 98  
[www.orthopaedie-hof.de](http://www.orthopaedie-hof.de)

### **Praxisfiliale Orthopädie in der Klinik Münchberg**

Hofer Straße 40, 95213 Münchberg, Tel.: 0 92 51 / 60 63 99 9  
[www.orthopaedie-hof.de](http://www.orthopaedie-hof.de)

### **Orthopädische Chirurgie Bayreuth**

Parsifalstraße 5, 95445 Bayreuth, Tel.: 09 21 / 7 57 57-0  
[www.oc-bayreuth.de](http://www.oc-bayreuth.de)