



In Kooperation mit:



Impressum:
RMA Gesundheit GmbH
Ghegastraße 3, 1070 Wien

Quellen:
[Lesterman/shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)
[MaBo-Foto.de/shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)
[Denis Simonov/shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)
[Piyawat Nandeenopparit/shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)
[Matej Kastelic/shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)

KREMS

25. Oktober 2019

MINI MED INITIATIVE

VOLKSKRANKHEIT ARTHROSE



MINI MED STUDIUM



DIE INTENTION DER ARTHROSE-INITIATIVE

Arthrosen zählen zu den häufigsten Erkrankungen. Rund 1,4 Millionen Menschen sind in Österreich von Arthrose betroffen, Frauen häufiger als Männer. Erste Beschwerden zeigen sich häufig zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr, aufgrund von Gelenkfehlstellungen oder Fehlbelastungen manchmal auch schon früher. Dadurch bedingt sind Schmerzen und Immobilität, was häufige Krankenstände, hohe Behandlungskosten und Operationen verursacht. Die Erhaltung der Gelenkgesundheit stellt daher einen großen Wert in der Gesundheitsvorsorge dar.

Die Entwicklung der Arthrose geht über viele Jahre, Prävention und eine frühe Therapie können den Verlauf wesentlich beeinflussen.

Ziel der Initiative:

Aufklärung zu

- Krankheitsverlauf
- Diagnose
- Therapiemöglichkeiten
- Unterstützenden Maßnahmen
- Vorbeugung

DIE VOLKSKRANKHEIT ARTHROSE

Der Knorpel ist ein wichtiger Stoßdämpfer im Gelenk und funktioniert wie ein Wasserkissen, das durch Bewegung verformt wird. Durch Verletzung oder Überlastung kann die Knorpeloberfläche zerstört werden und die Knorpelschicht abgerieben werden, bis Knochen auf Knochen direkt aufeinandertreffen. Dieser Abnutzungsprozess ist oft mit Belastungsschmerzen, Gelenkerguss und schmerzhaftem Reizzustand verbunden.

Als Risikofaktoren für Arthrose gelten durch den Lebensstil bedingte Faktoren wie einerseits Übergewicht und Bewegungsmangel, andererseits Überlastung, Fehlbelastungen sowie Verletzungen in Sport und Beruf. Auch andere Grunderkrankungen wie z. B.: Gicht können den Verlauf der Arthrose verschlechtern.





FAKTEN

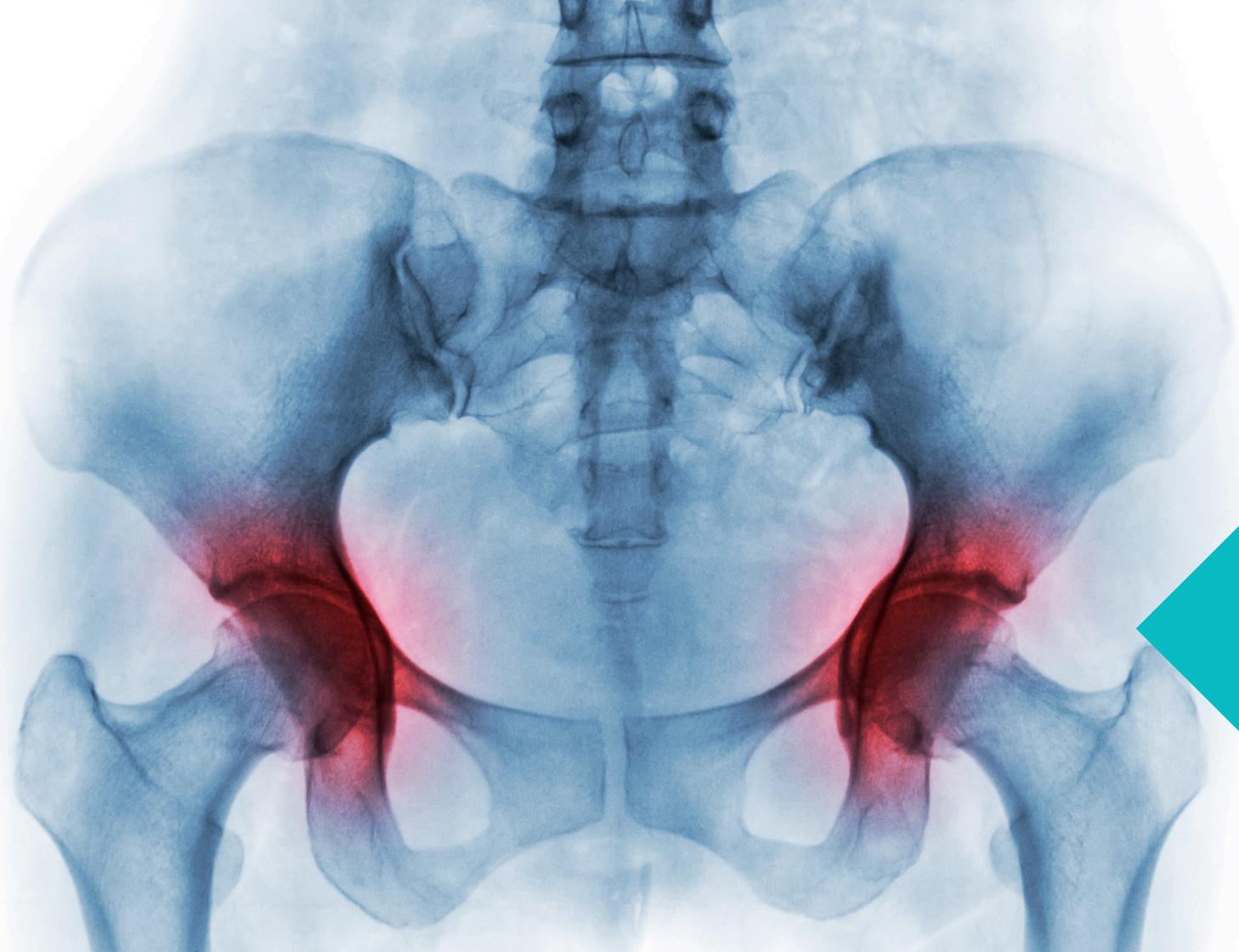
Arthrose ist nach wie vor nicht heilbar, jedoch gut behandelbar. Bei Therapiebeginn im frühen Stadium kann sie durch entsprechende Maßnahmen aufgehalten werden.

Als Risikofaktoren für Arthrose gelten durch den Lebensstil bedingte Faktoren wie Übergewicht und Bewegungsmangel, Über- oder Fehlbelastung und Verletzung in Sport und Beruf.

Arthrose kann grundsätzlich alle Gelenke betreffen, am häufigsten leiden jedoch Knie, Hüften und Finger.

Arthrosen zählen zu den häufigsten Erkrankungen.

Rund 1,4 Millionen Menschen sind in Österreich von Arthrose betroffen, Frauen häufiger als Männer.







DIE RICHTIGE BEHANDLUNG

Arthrose ist nach wie vor nicht heilbar, aber durch entsprechende Behandlung im Verlauf beeinflussbar. Wesentliche Säulen bei der Behandlung sind die richtige Wahl der Belastungsformen durch gezielte Bewegungsprogramme, Gewichtsreduktion, nötigenfalls orthopädische Hilfsmittel wie Einlagen oder Schienen, die helfen das betroffene Gelenk zu entlasten und zu unterstützen. Bewegungstherapien stehen im Mittelpunkt der Behandlung, wobei viel Bewegung bei geringer Belastung am günstigsten ist wie z.B. beim Schwimmen und Radfahren. Hier wird die Muskulatur gestärkt und die Gewichtsreduktion unterstützt.

Gegen die Gelenkschmerzen helfen entzündungshemmende Medikamente, sowie auch lokal physikalische Therapien, Nahrungsergänzungsmittel wie Glucosamin, Diacerein, und Hyaluronsäure können den Verlauf der Arthrose unspezifisch abschwächen. Der Knorpel kann nicht wiederhergestellt werden und die Wirksamkeit der Behandlung ist wechselnd.

Sind Fehlstellungen die Ursache der Arthrose, sind diese durch orthopädische Operationen zu korrigieren. Wenn diese Maßnahmen ohne Erfolg bleiben, muss das Gelenk eventuell vollständig durch eine Endoprothese (künstliches Gelenk) ersetzt werden. Neuere regenerative Therapieformen umschließen die Verwendung von Blutprodukten, Stammzellen oder die Transplantation von Knorpelzellen bei umschriebenen Defekten.



MINI MED STUDIUM



KREMS:
DAS
PROGRAMM
25. OKTOBER
2019

VORTRÄGE UND DISKUSSIONEN

14:00 bis 15:00 Uhr

Wie entsteht Arthrose und was kann man dagegen tun?

Referent: **Univ.-Prof. Dr. Stefan Nehrer**

*Dekan der Fakultät für Gesundheit und Medizin,
Donau-Universität Krems*

15:00 bis 16:00 Uhr

Prävention und Nachbehandlung von Arthroseerkrankungen

Referentin: **FH.-Prof. Barbara Wondrasch, PT PhD**

Internationale Koordination, Abteilung für Gesundheit, FH St. Pölten

16:00 bis 17:00 Uhr

Ernährung und Arthrose

Referent: **Mag. Dr. Oliver Neubauer**

*Zentrum für Gesundheitswissenschaften und Medizin,
Donau-Universität Krems*

17:00 bis 18:00 Uhr

Operative Arthrose Therapie: Gelenkerhalt- Gelenkersatz

Referent: **Univ.-Prof. Dr. Stefan Nehrer**

*Dekan der Fakultät für Gesundheit und Medizin,
Donau-Universität Krems*

*Teilnahme kostenlos, keine Anmeldung erforderlich.
Weitere Informationen erhalten Sie unter www.minimed.at*