

Endoprothetik  
auf höchstem  
Niveau

# »Sport ja, aber mit Verstand!«

**Herr Dr. Fulghum, neueste Statistiken belegen: Patienten, die eine Knie- oder Hüftprothese erhalten, werden immer jünger. Was sind die Gründe?**

**Dr. Fulghum:** Inzwischen liegen erfreuliche Langzeitergebnisse und vor allem viele positive Erfahrungsberichte von Betroffenen vor. Dadurch wissen Patienten und Ärzte heute, dass sich niemand mehr mit einem doch erheblichen Verlust an Lebensqualität abfinden muss, wenn das Beschwerdebild einen künstlichen Hüft- oder Kniegelenkersatz nahe legt. Hierzu haben zum einen die Langlebigkeit der modernen Implantate aus Titan, Keramik oder vernetztem Kunststoff sowie eine Verringerung der Operationsrisiken durch gewebeschonendere Techniken und wenig belastende Anästhesieverfahren beigetragen. Zum anderen sind die Aufenthalte im Krankenhaus und im Rehabilitationszentrum kürzer und der Betroffene ist schneller wieder körperlich belastbar. All dies sind wichtige Errungenschaften und weisen den operativen Gelenkersatz als optimale Lösung für jüngere und ältere Betroffene aus, die endlich wieder ein beschwerdefreies Leben führen wollen. Lässt die Funktionsfähigkeit des künstlichen Hüft- oder Kniegelenks dann nach 15 oder 20 Jahren nach, muss oft nur der besonders strapazierte Anteil, z. B. der Gleitpartner, ausgetauscht werden. Dies bedeutet, die früher oft gefürchtete Frage – Ist eine zweite, große gelenkersetzende Operation überhaupt möglich und sinnvoll? – stellt sich so heute oft gar nicht mehr.

**Stichwort »körperliche Belastbarkeit«. Ist sportliche Aktivität mit einem Hüft- oder Kniegelenkersatz erlaubt?**

**Dr. Fulghum:** Ja, sicher. Die Aussicht, bald wieder so mobil wie früher zu sein, ist ein weiterer wichtiger, wenn nicht sogar der entscheidende Aspekt, weshalb sich immer häufiger auch jüngere Patienten für eine Endoprothese entscheiden. Ihnen geht es darum, wieder ohne Schmerzen und Bewegungsbeeinträchtigungen aktiv zu sein – regelmäßiges Wandern, Golfen oder Radfahren mit inbegriffen.



**Sind alle Sportarten gleichermaßen empfehlenswert?**

**Dr. Fulghum:** Schwimmen, Radfahren, Wandern, Ski-Langlauf ebenso wie Golf, Ski alpin und – mit Einschränkung – auch Tennis sind aus ärztlicher Sicht ohne weiteres nach Gelenkersatz möglich und empfehlenswert. Dagegen raten wir von Kampfsportarten oder von Kontaktsportarten wie Fußball, Handball oder Basketball ab. Wichtig ist auch, dass die Sportart schon vor dem Eingriff beherrscht wurde. Deshalb pflege ich meinen Patienten zu sagen: »Sport ja, aber mit Verstand!«.

**Wie lange muss man nach der Operation pausieren?**

**Dr. Fulghum:** In der Regel ist eine vollständige Belastbarkeit etwa drei Monate nach dem gelenkersetzenden Eingriff wieder möglich. Pausieren ist aber wohl nicht ganz das richtige Wort, denn schon am ersten Tag nach der Operation beginnt der Patient unter Anleitung

eines Physiotherapeuten mit Bewegungsübungen und erlernt das Laufen mit Gehhilfen, die er dann drei bis sechs Wochen lang benötigt. Das sich anschließende Reha-Programm zielt ebenfalls darauf ab, die Gehfähigkeit und den Muskelaufbau zu fördern. Hier gilt es, das richtige Maß zu finden, d. h. einerseits Schritt für Schritt wieder die gewohnte Beweglichkeit und Kraft zu erlangen und andererseits dem neuen Gelenk Gelegenheit zu geben, sich mit seiner Umgebung fest zu verbinden.

Mit mehr als 1500 Operationen im Jahr und mehr als 35 000 Operationen in fast vier Jahrzehnten gehört die endogap Klinik für Gelenkersatz im Klinikum Garmisch-Partenkirchen deutschlandweit zu den Top Ten der endoprothetischen Spezialkliniken – in Bayern ist sie sogar führend. Doch werden mit den Namen von Chefarzt Dr. Holm Schlemmer und seinen Oberärzten Dr. Christian Fulghum, Dr. Georg Tauber und Dr. Florian Wolpert nicht nur große Fachkenntnisse und langjährige Erfahrung, sondern auch patientenorientierte Innovationen verbunden: Ihre führende Rolle bei der Entwicklung neuer Implantate und schonender Operationstechniken über Jahrzehnte wurde in Fachkreisen mit dem Begriff »Garmischer Schule« gewürdigt.

Von Dr. Nicole Schaezler

**Läuft die Nachsorge bei allen Patienten gleich ab?**

**Dr. Fulghum:** Was das Ziel, nämlich die vollständige Wiederherstellung der schmerzfreien Beweglichkeit betrifft, ja. Jedoch erhält in der endogap Klinik jeder Patient eine auf seine individuellen Bedürfnisse abgestimmte Behandlung – egal, welchen Versicherungsstatus er hat. Deshalb werden während des Klinikaufenthalts alle Weichen für eine optimale Nachsorge gestellt. Unser Ziel ist nicht nur die gelungene Implantation eines Hüft- oder Kniegelenks. Das ist selbstverständlich. Entscheidend ist, dass sich der Patient bei uns in den allerbesten Händen fühlt – nur dann kann er nach der Operation mithelfen, im wahren Sinn des Wortes so schnell wie möglich wieder auf die Beine zu kommen.



## ZUR PERSON

Dr. Christian S. Fulghum ist Facharzt für Chirurgie. Nach Studienaufenthalten in den USA wurde er 1985 Assistent bei Prof. Lechner am Kreiskrankenhaus Garmisch-Partenkirchen. Seit 1997 ist er Oberarzt für Chirurgie und verantwortlich für die Endoprothetik unter Chefarzt Dr. Schlemmer.

**Nähere Infos unter:** endogap Klinik für Gelenkersatz im Klinikum Garmisch-Partenkirchen

Tel. 0 88 21/77-1245 · Fax: 0 88 21/77-1297 · E-Mail: [information@endogap.de](mailto:information@endogap.de)  
Internet: [www.endogap.de](http://www.endogap.de)