



Der so genannte Tennisellenbogen entsteht durch eine Überbeanspruchung der Unterarmmuskulatur. Ursache kann u.a. eine falsche Technik bei Schlägersportarten sein. Ein Risiko, das bei Caroline Wozniacki, die mit 15 Jahren ins Profigeschäft einstieg und über eine ausgezeichnete Technik verfügt, eher gering sein dürfte.

Stabilisierende Ellenbogen- bandage

Modern, innovativ und effektiv

Dr. med. Boris Hollinger,
Leitender Arzt ARCUS Kliniken Pforzheim

In der Ellenbogenchirurgie gibt es eine große Anzahl von Patienten, die Beschwerden aufgrund eines zurückliegenden Traumas oder durch repetitive Mikrotraumata (Sport, Hobbys oder Beruf) entwickeln. Ursache für die oft unspezifischen Schmerzen im radialen oder ulnaren Ellenbogen können Verletzungsfolgen des Kapsel-Bandapparates sein.

Diese können je nach Verletzungsschwere oft über eine lange Zeit von den Patienten durch die kräftigen gelenkübergreifenden Muskel- und Sehnengruppen der Extensoren- bzw. Flexoren kompensiert werden. Die Schmerzzunahme unter Belastung wird nur sehr selten mit einer Instabilität verknüpft und subjektiv von den Patienten auch in der Regel nicht wahrgenommen. Wichtig ist es, als Arzt oder Therapeut an den Zusammenhang zwischen einer ligamentären Instabilität/Insuffizienz und dem häufig unspezifischen Schmerz am ulnaren oder radialen Sehnenursprung des Ellenbogens zu denken. Meist werden die Sehnenursprünge der Flexoren- und Extensoren erst sekundär symptomatisch, dann oft als ulnare oder radiale Epicondylitis fehlgedeutet und über eine lange Zeit ohne Erfolg behandelt. Viele dieser sportlich aktiven Patienten kommen im Alltag gut zurecht und leiden vorwiegend unter Belastung an den Schmerzen. Die Bereitschaft zu einem operativen Eingriff und der langwierigen Reha-

bilitation ist demnach naturgemäß sehr niedrig. Dennoch fordern gerade diese Patienten im Sport bzw. unter den auslösenden Belastungen medizinische Hilfe und eine Schmerzreduktion.

Aus diesem Grund entstand die Idee zur Entwicklung einer stabilisierenden Ellenbogenbandage, die in Zusammenarbeit mit der Fa. Sporlastic umgesetzt wurde. Das neue Konzept dieser Bandage „Epidyn stabil“ beinhaltet die Integration eines medialen und lateralen Ringfedermechanismus in ein Silikonbett, das vollständig ins kompressive Gestrick eingearbeitet ist. Dadurch kann diese Bandage auch bei Mannschaftssportarten mit Körperkontakt getragen werden und stellt kein Verletzungspotenzial für den Sportler und dessen Gegner dar. Einen weiteren Anwendungsbereich für diese Bandage sehen wir in der Behandlung der chronischen Epicondylitis humeri radialis („Tennisellenbogen“). Durch neuere Erfahrungen und Untersuchungen bei Patienten mit diesem Krankheitsbild konnte gezeigt



Boris Hollinger

// Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,
Chirurgie, Sportmedizin

// Leitender Arzt der ARCUS Kliniken, Schwerpunkt
Ellenbogen- und Schulterchirurgie

Network

// Vorsitzender AGA Ellenbogen-Komitee und Mitglied
des DVSE Ellenbogen-Komitees



Abb.1: MRT einer Epicondylitis humeri radialis mit typischem Extensorendefekt am radialen Kondylus



Abb.2: Druckschmerz am radialen *Epicondylus* über dem Extensorenursprung



Abb.3: Druckschmerz über dem dorsoradialen Rezessus im Verlauf des radialen Kollateralbandverlaufs und Schmerzverstärkung unter Extension und Supination



Abb.4: Angelegte Epidyn stabil Bandage, der Fa. Sporlastic

werden, dass häufig eine Koinzidenz zu einer Insuffizienz bzw. Instabilität des radialen Kollateralbandkomplexes besteht. Mit dem Verständnis dieser möglichen Begleitpathologie erklärt sich der Therapieerfolg beim Tennisellenbogen durch die Anwendung dieser additiv stabilisierenden Ellenbogenbandage.

Anwendung und Aufbau

Wir verwenden diese Bandage nicht nur in der konservativen Behandlung von Ellenbogenerkrankungen, sondern auch im Rehabilitationskonzept nach stabilisierenden Ellenbogenoperationen. Bei Patienten nach einem frischen Ellenbogentrauma mit einer Seitenbandverletzung und durchgeführter ulnarer und/oder radialer Bandnaht verwenden wir die stabilisierende Bandage nach der postakuten Phase (etwa 6 Wochen) als Protektion und Unterstützung in der Zeit des Belastungsaufbaus. Die meisten Patienten tragen sie jedoch auch nach Ausheilung weiterhin bei hohen Belastungen. Des Weiteren findet diese Bandage ihre Anwendung bei Patienten nach einer operativen Seitenbandplastik des Ellenbogens mit einem Sehnentransplantat aufgrund einer chronischen Ellenbogeninstabilität. Inzwischen können wir auf etwa 400 Patienten zurückblicken, die die Epidyn stabil Bandage in den genannten Indikationsgebieten getragen haben. Sie verfügt über ein zirkuläres, elastisch-kompressives Gestrück mit eingearbeiteten Silikonpelotten am medialen und lateralen Triggerpunkt der Unterarmmuskulatur am Ellenbogen. In den Silikonpelotten ist entlang des medialen und lateralen Rotationszentrums je eine stabilisierende Ringfeder über die gesamte Länge der Bandage in das Strickgewebe eingearbeitet, um die maximale stabilisierende Unterstützung der Seitenbänder zu erreichen. Am proximalen Rand der Bandage befindet sich ein Klettverschluss, der zum Anziehen der Bandage geöffnet werden kann. Der Klettverschluss ermöglicht eine gute Abdeckung der physiologischen Umfangsunterschiede der Oberarmweichteile und kann individuell zum Erreichen eines guten Tragekomforts angepasst werden.

Durch die unproblematische Waschbarkeit von Hand oder im Schongang ist die Bandage besonders für Sportler und Arbeiter gut geeignet. Das Gestrück ist zur richtigen Positionierung der Bandage am Ellenbogen farblich abgesetzt und ermöglicht dadurch eine korrekte Ausrichtung an den vorgesehenen Landmarken Ellenbeuge und Olecranonspitze. Die Bandage wird in 4 verschiedenen Größen anhand der Größenbestimmung am größten Umfang der Unterarmmuskulatur angeboten und ist durch den symmetrischen Aufbau beidseits zu tragen.

Fazit

Aus unserer Erfahrung zeigte der Einsatz der „Epidyn stabil“ Bandage über die integrierten Ringfedern eine Therapiemethode bei den Indikationen des radialen und ulnaren Ellenbogenschmerzes sowie nach Luxationen und instabilisierenden Ellenbogenverletzungen. Das Konzept dieser Bandage ist innovativ und effektiv. Insbesondere bei der Behandlung von Sportlern hat die Bandage einen hohen Stellenwert, da sie im Vergleich zu stabilisierenden Orthesen auch bei Mannschaftssportarten getragen werden kann und kein Verletzungsrisiko darstellt.

// hollinger@sportklinik.de