

Gonarthrose: Weniger Schmerz, mehr Therapieakzeptanz

Mit Schmerzen und Funktionseinbußen der Gelenke belastet Arthrose als eine der häufigsten Gelenkerkrankungen nach Einschätzungen des Robert Koch-Instituts (2017) jährlich 17,9 % der Erwachsenen in Deutschland. Die Zahl wächst mit zunehmendem Lebensalter. Unter den ab 65-Jährigen leiden jede zweite Frau (48,1 %) und jeder dritte Mann (31,2 %) an Gonarthrose.¹ Neben der zunehmend älter werdenden Gesellschaft sorgt auch Übergewicht für eine steigende Zahl der Gonarthrose-Patienten und betrifft so auch jüngere Menschen.²

Arthrose: Ein zunehmendes Problem angesichts alternder Gesellschaften

Das wichtigste Therapieziel bei der Gonarthrose ist die Linderung der klinischen Symptome. Die Schmerzen sollen effektiv reduziert und die Mobilität gefördert werden, um die Lebensqualität der Betroffenen schnell zu verbessern. Dazu kann ein breites therapeutisches Spektrum von Krankengymnastik über orthopädische Hilfsmittel bis hin zu medikamentöser Therapie und schließlich operativen Verfahren eingesetzt werden.³ Frühe konservative, nicht-invasive Maßnahmen sind dabei besonders wichtig und sollten, so die aktuelle Leitlinienempfehlung, vor Einleitung operativer Maßnahmen ausgeschöpft werden.⁴

Konservative Maßnahmen ausschöpfen zur Linderung klinischer Symptome

Die S2k-Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC) zur Gonarthrose betont die Bedeutung und Effektivität des interdisziplinären und multimodalen Gonarthrose-Managements. Die Behandlungsempfehlung umfasst daher auch den Einsatz von Hilfsmitteln und biomechanischen Interventionen. Einen großen Beitrag kann hier die Entlastungssorthese Unloader One® X leisten: Sie kann, auch kombiniert mit anderen Therapieformen, ohne systemische Nebenwirkungen Schmerzen reduzieren, die Funktion verbessern und so zu einem schnelleren und größeren Therapieerfolg beitragen.⁴

Knorpeldeformation reduzieren, Knorpelreparatur unterstützen

Wie Entlastungssorthesen konkret ihren Beitrag zur unikompartimentellen Entlastung leisten, untersuchten eine Reihe von Studien mit Fokus auf den Knorpelerhalt und -rehabilitation nach Knorpelreparatur. Bei Personen, die nach Laufband-Aktivität als "cartilage deformer" identifiziert wurden, also stärkere Knorpeldeformationen aufweisen, reduzierte die Entlastungssorthese die Knorpeldeformation um die Hälfte.⁵ Auch bei geschädigtem Knorpel oder isolierten Knorpeldefekten

verbesserten die Entlastungsorthesen biochemische Eigenschaften und Knorpeldicke.⁶ Konopka et al. (2021) fanden, dass Entlastungsorthesen zu einer signifikanten Erhöhung des Knorpelreparatur-Gewebe-Volumens im Heilungsprozess nach Mikrofraktur führten.⁷ Össur Entlastungsorthesen, wie z. B. die Unloader One® X, wirken somit unterstützend und entlastend auf den Knorpel des Kniegelenks und unterstützen die Heilung nach Knorpelreparaturverfahren.

Patientencompliance fördern zur Unterstützung der Genesung

Nach Empfehlung der S2K-Leitlinie der AWMF sind auch Aktivitätssteigerung, Gewichtsreduktion und Selbstedukation des Patienten wichtige Elemente des multimodalen Gonarthrose-Managements.⁴ Funktionelle Einschränkungen und Schmerzstärke können einer Aktivitätssteigerung jedoch im Wege stehen und so den Krankheitsverlauf nachteilig beeinflussen. Effektive Orthesen hingegen können, bei guter Patientencompliance, die Genesung unterstützen. In einer Untersuchung trugen Patienten ihre Össur Entlastungsorthesen durchschnittlich 8 Stunden/Tag (SD = 3,5) für im Mittel 63,9 Tage. Eine hohe Tragedauer korrelierte mit verbesserten klinischen Werten nach 6 Monaten.⁷

Aber wie kann eine hohe Tragedauer, und somit eine gute Patientencompliance, erreicht werden?

Ein wichtiges Element ist die Einbeziehung des Patienten in die Therapiewahl und Sicherstellung der Therapie-Akzeptanz.⁸ Dazu kann ein im Sanitätsfachhandel durchgeführter Praxistest bei der Auswahl des Hilfsmittels hilfreich sein. Hierbei können Patienten die mittels Orthese erreichte Schmerzlinderung testen und so den Effekt der Entlastung auf ihren Alltag besser einschätzen. Der Patient geht erst ohne, dann mit angepasster Orthese dieselbe Strecke auf ebenem Untergrund sowie fünf Treppenstufen. Die dabei auftretenden Schmerzen werden anhand der Numeric Rating Scale (NRS) sowie zusätzlich die empfundene Stabilität erfragt. Der Praxistest ermittelt drei für die effektive, konsequente Anwendung im Alltag wichtige Aspekte. Es sollte mit der Entlastungsorthese eine Schmerzreduktion um mindestens 2 Punkte auf der NRS-Skala erreicht werden. Darüber hinaus ist von Bedeutung, dass der Patient selbstständig mit der Orthese umgehen kann. Sieht der Patient zudem nach dem praktischen Test Vorteile der Orthese für seinen Alltag, ist der Einsatz der Össur Entlastungsorthese, wie der Unloader One® X, vielversprechend.

Unloader One® X: Unikompartimentelle, individualisierte Entlastung mit 3-Punkt-Wirkprinzip

Zentral bei der Wirkung der Unloader One® X von Össur ist das patentierte 3-Punkt-Wirkprinzip zur unikompartimentellen Entlastung bei Varus- oder Valgus-Degenerationen. Das Entlastungsmanagement kann im Alltag mit Hilfe eines Einstellrads flexibel, selbstbestimmt und individuell erfolgen. In einer randomisierten, Placebo-kontrollierten Studie konnte gezeigt werden, dass die gezielte Entlastung des Kniegelenks bei einer medialen Gonarthrose Schmerzen signifikant lindert, die Funktion des betroffenen Gelenks verbessert und die Mobilität in Alltag und Sport fördert.⁹ So unterstützt nicht nur die patientenzentrierte Therapiewahl, sondern auch die individualisierte und vor allem effektive Anwendung der Entlastungsorthesen von Össur im Alltag Therapie-Akzeptanz und -Compliance der Patienten.

Hier klicken für weitere Informationen zur Unloader One® X:

[Kontaktieren Sie uns](#)

Referenzen

1. Fuchs, Judith, Ronny Kuhnert, and Christa Scheidt-Nave. „12-Monats-Prävalenz von Arthrose in Deutschland.“ (2017). RKI.de
2. Park D, Park YM, Ko SH, Hyun KS, Choi YH, Min DU, Han K, Koh HS. Association of general and central obesity, and their changes with risk of knee osteoarthritis: a nationwide population-based cohort study. Sci Rep. 2023 Mar 7;13(1):3796. doi: 10.1038/s41598-023-30727-4. PMID: 36882508; PMCID: PMC9992488
3. Michael, Joern W.-P.; Schlüter-Brust, Klaus U.; Eysel, Peer. The Epidemiology, Etiology, Diagnosis, and Treatment of Osteoarthritis of the Knee Dtsch Arztebl Int 2010; 107(9): 152-62; DOI: 10.3238/arztebl.2010.0152
4. Stöve et Steubesand. Gonarthrose S2k Leitlinie, Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC), AWMF online, Stand: Januar 2018
5. Pfeiffer SJ, Valentine JA, Goodwin JS, Nissman DB, Blackburn T, Pietrosimone B. Effects of a knee valgus unloader brace on medial femoral articular cartilage deformation following walking in varus-aligned individuals. Knee. 2019 Oct;26(5):1067-1072. doi: 10.1016/j.knee.2019.06.014. Epub 2019 Jul 21. PMID: 31340891. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31340891/>

6. Beck S, Dittrich F, Busch A, Jäger M, Theysohn JM, Lazik-Palm A, Haubold J. Unloader bracing in osteoarthritis of the knee – Is there a direct effect on the damaged cartilage? *Knee*. 2023 Jan;40:16-23. doi: 10.1016/j.knee.2022.11.003. Epub 2022 Nov 17. PMID: 36403395. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36403395/>

7. Konopka JA, Finlay AK, Eckstein F, Dragoo JL. Effects of unloader bracing on clinical outcomes and articular cartilage regeneration following microfracture of isolated chondral defects: a randomized trial. *Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc*. 2021 Sep;29(9):2889-2898. doi: 10.1007/s00167-020-06228-6. Epub 2020 Oct 6. PMID: 33025056. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33025056/>

8. Demers L., Weiss-Lambrou R., Ska B. The Quebec User Evaluation of Satisfaction with Assistive Technology (QUEST 2.0): An overview and recent progress, *Technology and Disability*, 14(3), 101-105, 2002. <https://doi.org/10.3233/TAD-2002-14304>

9. Hjartarson, HF, Toksvig-Larsen. “The clinical effect of Unloader One® knee brace on patients with OA of the knee. A Randomized Placebo Controlled Trial.” *Osteoarthritis and Cartilage* 2017;(25) S76-S444

Mit freundlicher Unterstützung der Össur Deutschland GmbH

[Verordnungshilfe](#)

Kontaktieren Sie Össur für eine individuelle Beratung:

Referenzen

1. Fuchs, Judith, Ronny Kuhnert, and Christa Scheidt-Nave. „12-Monats-Prävalenz von Arthrose in Deutschland.“ (2017). RKI.de
2. Park D, Park YM, Ko SH, Hyun KS, Choi YH, Min DU, Han K, Koh HS. Association of general and central obesity, and their changes with risk of knee osteoarthritis: a nationwide population-based cohort study. Sci Rep. 2023 Mar 7;13(1):3796. doi: 10.1038/s41598-023-30727-4. PMID: 36882508; PMCID: PMC9992488
3. Michael, Joern W.-P.; Schlüter-Brust, Klaus U.; Eysel, Peer. The Epidemiology, Etiology, Diagnosis, and Treatment of Osteoarthritis of the Knee Dtsch Arztebl Int 2010; 107(9): 152-62; DOI: 10.3238/arztebl.2010.0152
4. Stöve et Steubesand. Gonarthrose S2k Leitlinie, Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC), AWMF online, Stand: Januar 2018
5. Pfeiffer SJ, Valentine JA, Goodwin JS, Nissman DB, Blackburn T, Pietrosimone B. Effects of a knee valgus unloader brace on medial femoral articular cartilage deformation following walking in varus-aligned individuals. Knee. 2019 Oct;26(5):1067-1072. doi: 10.1016/j.knee.2019.06.014. Epub 2019 Jul 21. PMID: 31340891. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31340891/>
6. Beck S, Dittrich F, Busch A, Jäger M, Theysohn JM, Lazik-Palm A, Haubold J. Unloader bracing in osteoarthritis of the knee – Is there a direct effect on the damaged cartilage? Knee. 2023 Jan;40:16-23. doi: 10.1016/j.knee.2022.11.003. Epub 2022 Nov 17. PMID: 36403395. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36403395/>
7. Konopka JA, Finlay AK, Eckstein F, Dragoo JL. Effects of unloader bracing on clinical outcomes and articular cartilage regeneration following microfracture of isolated chondral defects: a randomized trial. Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc. 2021 Sep;29(9):2889-2898. doi: 10.1007/s00167-020-06228-6. Epub 2020 Oct 6. PMID: 33025056. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33025056/>

8. Demers L., Weiss-Lambrou R., Ska B. The Quebec User Evaluation of Satisfaction with Assistive Technology (QUEST 2.0): An overview and recent progress, *Technology and Disability*, 14(3), 101-105, 2002. <https://doi.org/10.3233/TAD-2002-14304>

9. Hjartarson, HF, Toksvig-Larsen. "The clinical effect of Unloader One® knee brace on patients with OA of the knee. A Randomized Placebo Controlled Trial." *Osteoarthritis and Cartilage* 2017;(25) S76-S444

Mit freundlicher Unterstützung der Össur Deutschland GmbH