

## Taping & Physiotherapie machen wieder beweglich



**Dr. Heribert Konvalin, Orthopäde, Sportmediziner am Medizinischen Versorgungszentrum im Helios, München**

► Das sogenannte Engpass-Syndrom oder auch Impingement ist das häufigste Schulter-Leiden. Hier reicht der Platz unter dem Schulterdach für Muskeln sowie Sehnen nicht mehr aus. Grund sind knöcherne Einengungen oder auch Verspannungen der Muskeln. Diese führen zu Schmerzen beim Heben des Armes oder beim Anziehen einer Jacke. Auf

Dauer kann es zur chronischen Schleimbeutel-Reizung zwischen Sehne und Knochen oder zu einer Sehnenabnutzung bzw. einem -anriss kommen. Konservative Behandlungen helfen hier meist gut, etwa Medikamente sowie Taping (s. Foto). Bei stärkeren Entzündungen kann ein Kortison-Präparat gespritzt werden. Mit Übungen aus der Physiotherapie wird die Enge unterhalb des Schulterdachs reduziert.

Bringt das alles nichts, muss das Schulterdach per OP erweitert werden. Durch Abtragung von Knochenmaterial wird dabei Raum für die Sehne geschaffen.