

Taping & Physiotherapie stoppen Entzündungen



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

› **Einklemmung:** 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 meist gut, etwa Medikamente sowie Taping. 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 Raum für die Sehne geschaffen (Kasse zahlt).

Neue Hilfen für die Schulter

Aufgrund seiner Beweglichkeit ist das Gelenk besonders anfällig für Schädigungen. Schmerzen und Verschleiß können die Folgen sein. In My Life sagen erfahrene Mediziner, welche **modernen Verfahren** typische Beschwerden lindern