

Körperereigene Wirkstoffe für eine schnellere Heilung

Die ACP-Therapie ist längst im Spitzensport etabliert – nun kommt das Verfahren auch in orthopädischen Praxen immer häufiger zum Einsatz

Verletzte Profisportlerinnen und -sportler müssen schnell wieder fit sein – sie können es sich nicht leisten, längere Zeit auszufallen. Umso wichtiger ist ein Behandlungskonzept, das eine rasche Wirksamkeit zeigt und das möglichst frei von Nebenwirkungen ist. Gehört auch der Einsatz von medizinisch wirksamen Substanzen zum Behandlungsplan, kommt hinzu, dass diese mit den Anti-Doping-Vorschriften konform gehen müssen. Auch die ACP-Therapie wurde erst einmal geprüft, bevor sie 2011 offiziell von der Dopingliste der Welt-Anti-Doping-Agentur (WADA) gestrichen wurde. Seitdem gehört die Methode, die auch Platelet Rich Plasma- oder kurz PRP-Therapie genannt wird, zu den Standardbehandlungen, die zur Förderung des Heilungsprozesses insbesondere von sport- oder unfallbedingten Verletzungen an Muskeln, Sehnen und Bändern eingesetzt werden. Sie hat bereits vielen Profisportlern auch nach einer schweren, chirurgisch behandelten Verletzung wie einem Kreuzbandriss zu einem überraschend schnellen Wiedereinstieg ins sportliche Training verholfen.

ACP ist die Abkürzung für Autologes Conditioniertes Plasma. Das ist ein körpereigenes (autologes) Blutplasma, das in einem speziellen Herstellungsprozess konditioniert, also mithilfe der Zentrifuge unter sterilen Bedingungen von den restlichen Blutbestandteilen getrennt und konzentriert wurde. Das Besondere an dem aufbereiteten Blutplasma ist, dass es vor allem Blutplättchen (Thrombozyten) sowie zahlreiche Wachstumsfaktoren enthält. Basis für das Konzentrat ist etwas Blut, das vom Patienten selbst stammt. „Der große Vorteil einer Behandlung mit Eigenblut ist, dass sie zu 100 Prozent biologisch und zudem sehr gut verträglich ist. Die Wirkstoffe stammen ausschließlich aus dem eigenen Körper, dem Konzentrat wird nichts von außen zugefügt“, betont der Münchner Orthopäde und Sportmediziner Dr. Heribert Konvalin vom Medizinischen Versorgungszentrum im Helios. Die Zentrifugation dauert nur wenige Minuten, sodass alle Schritte in einer Behandlung erfolgen: von der Entnahme einer kleinen Blutmenge aus der Armvene des Patienten, der Aufbereitung im Labor unter sterilen Bedingungen und schließlich der Injektion in die zu behandelnde Region.

Schnelle Linderung

ren. Auf diese Weise sei es möglich, therapeutisch direkt an der Ursache anzusetzen, die zu den Schmerzen geführt habe: „Wird diese beseitigt, lassen auch die Beschwerden nach“, so der Orthopäde und Sportmediziner, der früher selbst aktiver Leistungssportler war.

Breitgefächertes Anwendungsspektrum

Tatsächlich hat sich das Anwendungsspektrum der ACP-Therapie in den letzten Jahren enorm erweitert. „Wir setzen das Verfahren zum Beispiel bei Sehnenreizungen,



Die ACP-Therapie wird schon seit etlichen Jahren bei Sport- oder Unfallverletzungen von Muskeln, Sehnen und Bändern erfolgreich eingesetzt. Diese Eigenbluttherapie hat inzwischen auch Eingang in die Behandlungskonzepte orthopädischer Praxen gefunden (links). Dr. Felix Söller (oben) und Dr. Heribert Konvalin (unten) sind Orthopäden und Sportmediziner am MVZ im Helios, München. Sie behandeln unter anderem Sehnen-, Muskel- und Bänderverletzungen sowie Arthrose- und Bandscheiben-Patienten mit der ACP-Therapie. Diese ist zu 100 Prozent biologisch und zudem sehr gut verträglich, denn die Wirkstoffe stammen ausschließlich aus dem eigenen Körper, dem Konzentrat wird nichts von außen hinzugefügt. Fotos: Adobe Stock, MVZ im Helios



Rekonstruktion einer gerissenen Sehne, bewährt. Studien bescheinigen der ACP-Therapie eine hohe Erfolgsquote. Gerade erst hat eine breit angelegte Untersuchung noch einmal bestätigt, dass Injektionen von ACP bei so häufigen, aber oft nicht leicht zu behandelnden Beschwerdebildern wie dem Tennisarm (Epicondylitis lateralis) oder Entzündungen der Patellar- und Achillessehne dem Spritzen, beispielsweise von Kortison und anderen entzündungshemmenden Medikamenten, überlegen ist. Dabei liegt die Stärke der Therapie nicht nur in ihrer raschen, sondern auch in ihrer nachhaltigen Wirkung, zudem lässt sie sich problemlos mit anderen Behandlungsmaßnahmen kombinieren.

Eine Therapieoption auch bei Arthrose

Inzwischen nutzen Orthopäden die ACP-Therapie immer häufiger auch zur Behandlung von degenerativen Erkrankungen, allen voran zur Linderung von Beschwerden infolge von abgenutztem Gelenkknorpel oder einem Verschleiß der Bandscheiben. Tatsächlich ist die Behandlungsmethode mittlerweile ein wichtiger Therapiebaustein in der Arthrosebehandlung. „Vor allem eine aktivierte Arthrose, bei der akute Entzündungsvorgänge im Gelenk starke Schmerzen und Schwellungen hervorrufen, spricht gut auf die ACP-Therapie an. Dies zeigt, dass die Methode auch einen ausgeprägten entzündungshemmenden Effekt hat. Aber auch bei einer leicht- und mittelgradigen Arthrose ohne akutes Krankheitsgeschehen können wir die Schmerzen oft schon mit zwei bis drei Injektionen lindern“, sagt Dr. Konvalin.

Wirksam auch bei Bandscheibenproblemen

Neuerdings ist die ACP-Therapie auch bei verschleißbedingten Veränderungen der Bandscheibe eine Therapieoption – zumindest, wenn diese noch nicht zu weit fortgeschritten sind. Vor allem bei einer „black disc“ hat man gute Erfahrungen gemacht. Diesen Begriff verwenden Orthopäden, wenn eine Bandscheibe im MRT als schwarz erscheint. Das optische Phänomen entsteht, wenn der innere weiche Kern der Bandscheibe, der Nucleus pulposus

Verletzte Profisportlerinnen und -sportler müssen schnell wieder fit sein – sie können es sich nicht leisten, längere Zeit auszufallen. Umso wichtiger ist ein Behandlungskonzept, das eine rasche Wirksamkeit zeigt und das möglichst frei von Nebenwirkungen ist. Gehört auch der Einsatz von medizinisch wirksamen Substanzen zum Behandlungsplan, kommt hinzu, dass diese mit den Anti-Doping-Vorschriften konform gehen müssen. Auch die ACP-Therapie wurde erst einmal geprüft, bevor sie 2011 offiziell von der Dopingliste der Welt-Anti-Doping-Agentur (WADA) gestrichen wurde. Seitdem gehört die Methode, die auch Platelet Rich Plasma- oder kurz PRP-Therapie genannt wird, zu den Standardbehandlungen, die zur Förderung des Heilungsprozesses insbesondere von sport- oder unfallbedingten Verletzungen an Muskeln, Sehnen und Bändern eingesetzt werden. Sie hat bereits vielen Profisportlern auch nach einer schweren, chirurgisch behandelten Verletzung wie einem Kreuzbandriss zu einem überraschend schnellen Wiedereinstieg ins sportliche Training verholfen.

ACP ist die Abkürzung für Autologes Conditioniertes Plasma. Das ist ein körpereigenes (autologes) Blutplasma, das in einem speziellen Herstellungsprozess konditioniert, also mithilfe der Zentrifuge unter sterilen Bedingungen von den restlichen Blutbestandteilen getrennt und konzentriert wurde. Das Besondere an dem aufbereiteten Blutplasma ist, dass es vor allem Blutplättchen (Thrombozyten) sowie zahlreiche Wachstumsfaktoren enthält. Basis für das Konzentrat ist etwas Blut, das vom Patienten selbst stammt. „Der große Vorteil einer Behandlung mit Eigenblut ist, dass sie zu 100 Prozent biologisch und zudem sehr gut verträglich ist. Die Wirkstoffe stammen ausschließlich aus dem eigenen Körper, dem Konzentrat wird nichts von außen zugefügt“, betont der Münchner Orthopäde und Sportmediziner Dr. Heribert Konvalin vom Medizinischen Versorgungszentrum im Helios. Die Zentrifugation dauert nur wenige Minuten, sodass alle Schritte in einer Behandlung erfolgen: von der Entnahme einer kleinen Blutmenge aus der Armvene des Patienten, der Aufbereitung im Labor unter sterilen Bedingungen und schließlich der Injektion in die zu behandelnde Region.

Schnelle Linderung

Die Behandlung mit ACP beruht auf der Erkenntnis, dass das Blut körpereigene Wirkstoffe enthält, die die Heilung in Gang setzen und beschleunigen. Treten im Körper Verletzungen auf, wandern umgehend Blutplättchen in großer Zahl an den Ort des Geschehens, um die Wunde zu verschließen. Dabei setzen die Blutplättchen unter anderem Wachstumsfaktoren frei, die bei der Reparatur und Zellregeneration des betroffenen Gewebes helfen und gleichzeitig Entzündungen hemmen. „Mithilfe des thrombozytenreichen Plasmakonzentrats nutzen wir diesen natürlichen heilfördernden Effekt nun ganz gezielt dort, wo er benötigt wird. Hierzu wird das Konzentrat zum Beispiel direkt in ein schmerzhaftes Gelenk, in den Kern einer degenerierten Bandscheibe, aber auch an eine gereizte, entzündete oder eingerissene Sehne injiziert“, beschreibt Dr. Felix Söller, der ebenfalls im MVZ im Helios niedergelassen ist, das Verfah-

ren. Auf diese Weise sei es möglich, therapeutisch direkt an der Ursache anzusetzen, die zu den Schmerzen geführt habe: „Wird diese beseitigt, lassen auch die Beschwerden nach“, so der Orthopäde und Sportmediziner, der früher selbst aktiver Leistungssportler war.

Breitgefächertes Anwendungsspektrum

Tatsächlich hat sich das Anwendungsspektrum der ACP-Therapie in den letzten Jahren enorm erweitert. „Wir setzen das Verfahren zum Beispiel bei Sehnenreizungen,



Sehnenentzündungen oder Sehnenverletzungen ein, die keiner Operation bedürfen. Ebenso nutzen wir die Methode zur begleitenden Behandlung bei Muskel- und Bänderverletzungen“, sagt Dr. Konvalin. Vom Profisport sei bekannt, wie effektiv die ACP-Therapie gerade bei diesen Akutverletzungen sei. „Aber natürlich profitieren auch Hobbysportler davon, wenn ein Muskelfaserriss oder eine überlastungsbedingte Sehnenreizung rasch wieder verheilt, sodass sie schon bald wieder ihr Training aufnehmen können“, ergänzt der Orthopäde. Zudem habe sich die ACP-Therapie als postoperative Maßnahme, etwa nach einer arthroskopischen



Die ACP-Therapie wird schon seit etlichen Jahren bei Sport- oder Unfallverletzungen von Muskeln, Sehnen und Bändern erfolgreich eingesetzt. Diese Eigenbluttherapie hat inzwischen auch Eingang in die Behandlungskonzepte orthopädischer Praxen gefunden (links). Dr. Felix Söller (oben) und Dr. Heribert Konvalin (unten) sind Orthopäden und Sportmediziner am MVZ im Helios, München. Sie behandeln unter anderem Sehnen-, Muskel- und Bänderverletzungen sowie Arthrose- und Bandscheiben-Patienten mit der ACP-Therapie. Diese ist zu 100 Prozent biologisch und zudem sehr gut verträglich, denn die Wirkstoffe stammen ausschließlich aus dem eigenen Körper, dem Konzentrat wird nichts von außen hinzugefügt. Fotos: Adobe Stock, MVZ im Helios



Rekonstruktion einer gerissenen Sehne, bewährt. Studien bescheinigen der ACP-Therapie eine hohe Erfolgsquote. Gerade erst hat eine breit angelegte Untersuchung noch einmal bestätigt, dass Injektionen von ACP bei so häufigen, aber oft nicht leicht zu behandelnden Beschwerdebildern wie dem Tennisarm (Epicondylitis lateralis) oder Entzündungen der Patellar- und Achillessehne dem Spritzen, beispielsweise von Kortison und anderen entzündungshemmenden Medikamenten, überlegen ist. Dabei liegt die Stärke der Therapie nicht nur in ihrer raschen, sondern auch in ihrer nachhaltigen Wirkung, zudem lässt sie sich problemlos mit anderen Behandlungsmaßnahmen kombinieren.

Eine Therapieoption auch bei Arthrose

Inzwischen nutzen Orthopäden die ACP-Therapie immer häufiger auch zur Behandlung von degenerativen Erkrankungen, allen voran zur Linderung von Beschwerden infolge von abgenutztem Gelenkknorpel oder einem Verschleiß der Bandscheiben. Tatsächlich ist die Behandlungsmethode mittlerweile ein wichtiger Therapiebaustein in der Arthrosebehandlung. „Vor allem eine aktivierte Arthrose, bei der akute Entzündungsvorgänge im Gelenk starke Schmerzen und Schwellungen hervorrufen, spricht gut auf die ACP-Therapie an. Dies zeigt, dass die Methode auch einen ausgeprägten entzündungshemmenden Effekt hat. Aber auch bei einer leicht- und mittelgradigen Arthrose ohne akutes Krankheitsgeschehen können wir die Schmerzen oft schon mit zwei bis drei Injektionen lindern“, sagt Dr. Konvalin.

Wirksam auch bei Bandscheibenproblemen

Neuerdings ist die ACP-Therapie auch bei verschleißbedingten Veränderungen der Bandscheibe eine Therapieoption – zumindest, wenn diese noch nicht zu weit fortgeschritten sind. Vor allem bei einer „black disc“ hat man gute Erfahrungen gemacht. Diesen Begriff verwenden Orthopäden, wenn eine Bandscheibe im MRT als schwarz erscheint. Das optische Phänomen entsteht, wenn der innere weiche Kern der Bandscheibe, der Nucleus pulposus, stark an Wasser verloren hat und geschrumpft ist. Dadurch ist über kurz oder lang auch der äußere Faserring (Annulus fibrosus) in Gefahr, denn durch den Spannungsverlust, der mit der Schrumpfung des Kerns einhergeht, wird er spröde und bekommt Risse.

„Bei diesem Krankheitsbild bietet es sich an, das ACP-Konzentrat direkt in den dehydrierten Bandscheibenkern zu injizieren“, sagt Dr. Söller. Hierfür sind oft mehrere Injektionen in einem zeitlichen Abstand von drei bis vier Wochen sinnvoll, bei anderen Indikationen kann das Behandlungsintervall auch kürzer sein: „Im Allgemeinen behandeln wir unsere Patienten bis zu dreimal mit der ACP-Therapie, manchmal genügt auch die einmalige Wiederholung zwei Wochen nach der Erstanwendung.“

Dr. Nicole Schaezler