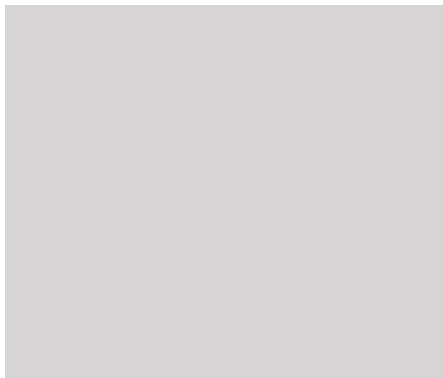


# Wenn der Daumen plötzlich schmerzt

Manchmal wissen wir die enorme Leistungsfähigkeit unseres Körpers erst zu würdigen, wenn ein Teil plötzlich nicht mehr richtig funktioniert. Der Daumen ist genau solch ein Fall. Er bringt täglich Höchstleistung. Schmerzen im Daumen können auf eine Rhizarthrose hinweisen. Und die sollten Sie unbedingt ernst nehmen, rät der Orthopäde Dr. Steffen Zenta.



**D**er Daumen ist nicht nur sehr beweglich, sondern auch bei fast allen Handbewegungen kongenialer Gegenspieler unserer anderen vier Finger. Dies verdankt er dem Daumensattelgelenk – einem kleinen, nahe am Handgelenk platzierten Gelenk, das den ersten Mittelhandknochen mit dem Vieleckbein des Handwurzelknochens verbindet.

Wie bei allen Ge-

lenken kann sich mit der Zeit auch beim Daumensattelgelenk der Knorpel allmählich abnutzen. „Dieses Krankheitsbild wird Rhizarthrose genannt und ist die häufigste Arthroseform im Bereich der Hand“, erklärt der Münchner Orthopäde Dr. Steffen Zenta.

Warum davon vor allem Frauen betroffen sind, ist unklar. Wer an einer Rhizarthrose leidet, hat oft

schon im Frühstadium mit Schwierigkeiten bei Alltagsbetätigungen zu kämpfen. Dann macht es zum Beispiel ein heftiges Stechen rund um den Daumenballen unmöglich, Flaschen oder Gläser zu öffnen. Knöpfe öffnen, die Leertaste auf der Tastatur des Computers bedienen, WhatsApp-Nachrichten ins Handy tippen – nahezu kein Handgriff lässt sich mehr ohne

Schmerzen ausführen.

Sogar nachts sticht und brennt es häufig im Bereich zwischen Daumenwurzel und Handgelenk. „Leider hat die Rhizarthrose eine ausgeprägte entzündliche Komponente. Deshalb sind akute Schmerzepisoden sehr häufig“, weiß Dr. Zenta. Schreitet der Knorpelverlust weiter fort, reibt schließlich schmerzhaft Knochen auf Knochen. Spätestens jetzt ist der Daumen kaum mehr funktionsfähig. Verstärkt werden die Probleme durch einen Schwund der Daumenmuskulatur und

dem damit verbundenen Kraftverlust: „Dann können Gegenstände im Extremfall auch nicht mehr festgehalten werden“, sagt Dr. Zenta.

Umso wichtiger ist eine frühzeitige Behandlung: Rechtzeitig gegen-gesteuert, lassen sich schwere Folgeschäden oft vermeiden. „Hilfreich sind neben lokal wirkenden entzündungs- und schmerzlin-dernenden Mitteln auch eine Manschette oder eine individuell angepasste Daumen-Orthese. Bewährt haben sich zudem Infiltrationen ins Gelenk mit Eigenblut oder Hyaluronsäure“, rät Dr. Zenta. Auch eine Radiosynoviorthese – eine Form der Röntgen-Tiefenbestrahlung – kann helfen.

Ein chirurgischer Eingriff dagegen ist selten sinnvoll und wirklich die letzte Option, wenn alle konservativen Maßnahmen ausgeschöpft sind.

schae/Foto: Shutterstock



**Dr. Steffen Zenta**

Orthopäde im MVZ im Helios  
und Hand- und Fußzentrum  
München