

**Zeitschrift:** Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen  
Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la  
Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino  
della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

**Herausgeber:** Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

**Band:** 26 (1990)

**Heft:** 7

**Artikel:** Zum Thema Arthrose

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-930175>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 05.05.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Le comité central s'est efforcé de présenter et de budgéter clairement nos plans pour 1990. Entre-temps, les cotisations des membres ont fait l'objet d'une discussion lors de l'assemble des délégués. Je profite de cette occasion pour remercier tous les membres de la Fédération qui nous ont fait confiance. Qu'ils sachent que je mettrai tout en œuvre pour engager au mieux les moyens financiers dont nous disposons à la réalisation des objectifs de la FSP.

#### 4. Conclusion

Permettez-moi de clore mon intervention par quelques remarques tout à fait personnelles. J'espère que les nombreuses suggestions que j'ai émises jusqu'à présent vous auront sensibilisés aux problèmes et aux tâches de la FSP. Il est tou-

tefois exclu que nous puissions les assumer toutes sans votre aide. C'est pourquoi je vous demande de soutenir de toutes vos forces ceux qui exercent une fonction, à quelque niveau que ce soit. Car de nos jours, il est tout sauf évident de trouver des personnes disposées à s'engager.

N'oubliez jamais que seuls ceux qui agissent commettent des erreurs, l'important étant de ne pas commettre deux fois la même erreur. L'expérience montre que la critique fuse trop souvent de toutes parts alors que la disponibilité à assumer une tâche constructive recule toujours plus. Je vous demande donc de participer davantage à la vie de la Fédération, d'exercer une critique constructive et à qui de droit et non pas dans le dos, une attitude malsaine qui ne fait en général qu'envenimer inutilement l'atmosphère. ●

– Auftretende Schmerzen im Gelenk sollten dabei nicht mit einer Willensanstrengung überwunden werden. Vielmehr sollten alle Möglichkeiten ausgenützt werden, um eine konsequente Entlastung zu erreichen.

#### Arthrosebefund bei jedem zweiten 35jährigen

Knorpel ist als Puffer überall dort, wo sich Knochen auf Knochen bewegen muss; er kann viel aushalten, aber er hält nicht ewig. Zerstörung der Gelenke beginnt mit einer Zerstörung des Gelenkknorpels. Laut Prof. Dr. med. K. Chlud, Wien (Internistenkongress in Wiesbaden/BRD), findet man im Röntgenbild bei den 35jährigen bereits bei jedem zweiten eine Arthrose. Untersucht man die über 55jährigen, so haben praktisch 100 Prozent eine Arthrose. Was der Arzt im Röntgenbild erkennt, macht sich glücklicherweise nicht in jedem Fall für den Betroffenen bemerkbar. Bei 5 bis 10 Prozent der über 50jährigen, die auf Dauer arbeitsunfähig geschrieben sind, geschieht dies aufgrund ihrer Arthrose. Ob aus einer Arthrose eine schmerzhaft und insbesondere auch behindernde Arthrosenkrankheit wird, entscheidet nicht zuletzt das Körpergewicht des Betroffenen, wie aus einer Statistik hervorgeht. Übergewichtige haben überdurchschnittlich oft ernsthafte Probleme mit den Gelenken, dies vor allem mit Knien und Hüften.

Laut Prof. Dr. med. Mielke, Wiesbaden, darf die Behandlung der Arthrose nicht nur auf Schmerzfreiheit abzielen. Antiarthrotika (glucosaminhaltige Medikamente) führen dem Knorpel neue Nährstoffe zu und können so den Krankheitsverlauf verlangsamen. ●

## Zum Thema Arthrose

Ausgangspunkt jeder Arthrose ist ein Schaden am Knorpelüberzug. Jeder «erste Knorpelschaden», der zum Beispiel durch eine Verletzung entstanden sein kann, ist am Anfang noch klein und wird oft nicht bemerkt. Durch die Besonderheiten der Sehnenverläufe bedingt, können bei einfachen Alltagsbewegungen Kräfte von mehreren Zentnern auf die Gelenke einwirken. Von Anfang an löst dieser Schaden aber schwerwiegende Veränderungen aus (siehe dazu Abbildung 1).

Durch den Ausfall des geschädigten Knorpelbereichs wird die tragende Gelenkfläche empfindlich verkleinert. Der verbleibende und gesunde Knorpel muss in diesem Zusammenhang mehr tragen und wird noch höher belastet. Die Belastung des noch gesunden Knorpels erhöht sich nicht nur insgesamt; vielmehr geht auch die gleichmässige Verteilung der Last verloren (siehe dazu Abbildung 2). An bestimmten Stellen treten jetzt äusserst hohe Belastungskonzentrationen auf. Hier wirken nun ständig höchste Druckbelastungen, wie sie sonst nur vorübergehend bei allergrösster Anstrengung auftreten. Ohne es zu bemerken, wird damit ein Teil des gesunden Knorpels auch bei Alltagsbewegungen überlastet.

Durch die hohe Belastung an bestimmten Stellen werden weitere Knorpelbezirke beschädigt. Der ursprünglich kleine Knorpelschaden (Abbildung 1) ist damit grösser geworden und gewachsen (Abbildung 2). Die Belastung auf die noch gesunden Knorpelbereiche steigt dabei weiter an. Auch die ungleichen Belastungskonzentrationen werden dabei noch grösser; sie führen zu einer ständig wachsenden Belastung und zunehmenden Schädigung. Wenn sich die-

ser Prozess fortsetzt, dann steht immer weniger gesunder Knorpel zur Verfügung, bis schliesslich sogar der darunterliegende Knochen völlig freiliegt.

Empfehlungen:

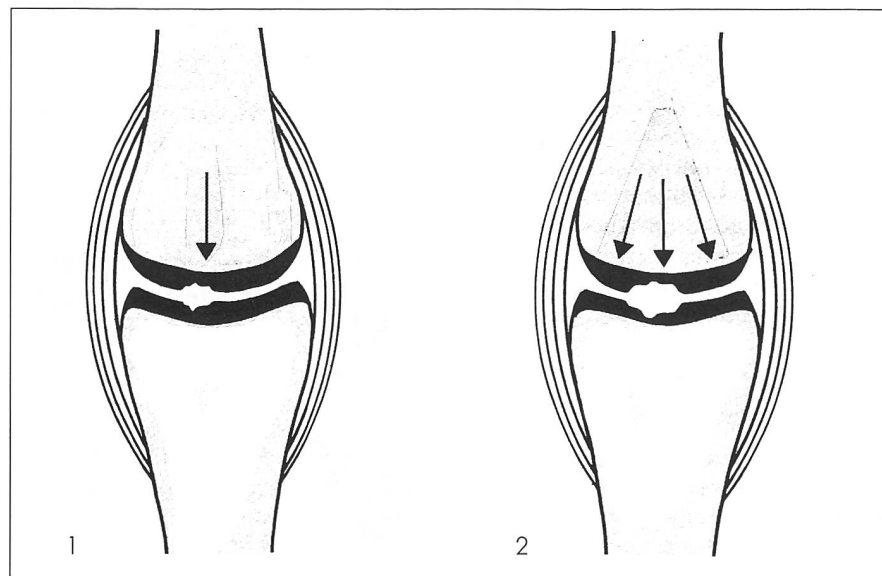
- Auch kleine Knorpelschäden müssen ernst genommen werden, weil sie die Tendenz haben, sich zu vergrössern.
- Alle Personen, die sportlich aktiv sind, sollten darauf achten, das betroffene Gelenk über mehrere Wochen nur behutsam und vorsichtig zu beanspruchen.

Abbildung 1:

Der geschädigte Knorpelbereich beeinträchtigt eine gleichmässige Belastung der Gelenkflächen.

Abbildung 2:

Im fortgeschrittenen Stadium geht die gleichmässige Verteilung der Last verloren.



Die Administration in Ihrer Physiotherapie-Praxis beansprucht sehr viel Zeit. Zeit, die Sie für die Behandlung von Patienten bitter nötig hätten. Einverstanden? ■ Therapie 2000 erlaubt Ihnen, Ihre Administration stark zu rationalisieren. Die Erfahrungen der zufriedenen Kunden zeigen, dass dadurch bis zu 3 Patienten pro Tag mehr behandelt werden können. ■ Therapie 2000 wurde dem Schweizer Physiotherapeuten «auf den Leib programmiert». Hohe Benutzerfreundlichkeit und Betriebssicherheit sind die Folge. ■ Sind Sie interessiert? Gerne informieren wir Sie eingehend über Therapie 2000. Oder demonstrieren Ihnen das Paket. Ganz wie Sie wünschen. Rufen Sie uns einfach an.



**Therapie 2000 –  
und Ihre  
Administration  
ist «im Griff».**

### **NEU: Version 3.0**

Der Release 3.0 ist ab Mitte Juli verfügbar und bringt eine Reihe weiterer Verbesserungen. Zum Beispiel:

- Erhöhung der Geschwindigkeit
- Pro Verordnung können bis zu 99 Leistungen erfasst werden
- Rechnungsdruck über mehrere Seiten möglich
- Programm zur Entfernung überflüssiger Daten und Schaffung neuer Speicherkapazitäten

Machen Sie sich diese Verbesserungen zunutze. Es lohnt sich.

P.S.: Das Zusatzmodul Text ist ab Herbst 1990 lieferbar.

## **THERINFAG**

Information Kommunikation  
Oberstadt 11, 6204 Sempach-Stadt  
Tel. 041 99 33 88, Fax 041 99 33 81