

Interview mit Dr. med. Jörg P. Dünkel, Leiter Sportklinik Bern, Belegarzt Hirslanden
Klinik Permanence, Teamarzt des BSC Young Boys

Konservative Therapie und Schmerzreduktion mittels Bandagen und Orthesen

BERN – Viele Gelenkschmerzen und -verletzungen können konservativ behandelt werden. Den Heilungsprozess unterstützen Hilfsmittel wie Bandagen oder Orthesen. Über den richtigen und fachgerechten Einsatz der medizinischen Hilfsmittel gibt Dr. Dünkel in diesem Interview Auskunft.

Herr Dr. Dünkel, worin liegt der Unterschied zwischen Bandagen und Orthesen?

Bei Bandagen sind elastische Elemente verarbeitet, die über mechanische Reize an Mechano- und Propriozeptoren zu einer Muskeltension führen, was indirekt das Gelenk stabilisiert. Bei Orthesen sind Elemente wie Stäbe oder Metallstangen fest verbaut, die die Bewegung einschränken oder gar verhindern. Somit kommen Orthesen meist bei Bandverletzungen oder postoperativ zum Einsatz, während Bandagen zum Beispiel bei Zerrungen oder Reizzuständen angewendet werden können.

Wie setzen Sie Bandagen und Orthesen ein?

Orthesen setze ich vor allem bei Bänderrupturen des Sprung- oder Kniegelenks, Meniskus-schäden oder postoperativ, wenn das Gelenk ruhiggestellt werden muss, ein. Bandagen werden in der Sekundärprävention nach einer Verletzung, zur Vorwärmung der Muskulatur und Verbesserung der Propriozeption oder bei Instabilitätsgefühl unterstützend eingesetzt. Bei Leistungssportler/innen werden auch Kompressionsbandagen, beispielsweise zur Verbesserung der Durchblutung oder zur Abschwellung, angewandt. Aber der Anspruch an die Produkte ist bei allen Patientinnen und Patienten der gleiche, nämlich die Förderung der Heilung und die Schmerzreduktion (Anm. d. Red.: Mehr über den Einsatz der medizinischen Hilfsmittel bei Leistungssportler/innen erfahren Sie in unserem Podcast EMH Journal Club, der am 8. Dezember 2021 erscheint; emh.ch/podcast).

Welche Partner sind in diesem Therapie-konzept involviert?

Bei mir ist es so, dass ich die Bandagen oder Orthesen verordne und dort genau vermerke, was ich haben will: stützend, stabilisierend oder eine Kompression. Die Patientinnen und Patienten gehen dann mit der Verordnung in

einen orthopädischen Fachhandel, wo genau ausgemessen und zusammen mit dem Patienten die richtige Bandage oder Orthese ausgesucht wird. Dort werden die Patientinnen und Patienten auch instruiert, wie man das Produkt an- und auszieht, was manchmal gar nicht so einfach ist. In der Physiotherapie wird dann nochmals kontrolliert, ob die Bandage respektive die Orthese auch gut sitzt und ob der Patient oder die Patientin sie richtig anwendet. In der Verlaufskontrolle bei mir schaue ich dann auch nochmals drauf, ob alles stimmt. Diese Zusammenarbeit zwischen mir, dem Orthopädiefachhandel und der Physiotherapie funktioniert in der Regel sehr gut.

Bei welchen Schmerzen oder Verletzungen empfehlen Sie eine konservative Therapie?

Die Nummer eins für eine konservative Therapie sind sicherlich die Bandverletzungen am Sprunggelenk, wenn nicht alle Bänder gerissen sind und die Syndesmose noch mit dazu. Aber auch Muskelprellungen, -zerrungen oder -risse sowie entzündliche Veränderungen von Sehnen haben so gute Heilungschancen. Auch in der Schmerztherapie bei degenerativen Erkrankungen wie Arthrose können konservative Massnahmen viel bewirken.

Werden die Hilfsmittel auch präventiv eingesetzt?

Die präventive Wirksamkeit von Bandagen ist wissenschaftlich umstritten. Persönlich setze ich elastische Bandagen häufig in der Sekundärprävention nach einer Verletzung ein. Sportler/innen verwenden Bandagen auch wegen der Kompressionsfunktion, vor dem Training, um die Muskulatur aufzuwärmen, und danach, um die Regeneration zu unterstützen.

Was sind die spezifischen Vorteile der Produkte von Bauerfeind?

Bauerfeind hat eine lange Tradition und konnte dank jahrelanger enger Zusammenar-

Jörg P. Dünkel

Dr. med. Dünkel ist Leiter der Sportklinik Bern, Belegarzt der Hirslanden Klinik Permanence in Bern und Mitglied des Ärztstabs des BSC Young Boys. Seine Kernkompetenz liegt in der Beurteilung von Sportverletzungen mithilfe der Ultraschalltechnik sowie deren Therapie.



© Jörg P. Dünkel

beit mit Spitzensportler/innen seine Produkte hinsichtlich Funktionalität und Qualität immer auf höchstem Niveau weiterentwickeln. Etwa so wie im Auto-Rennsport, wo die für die Profis entwickelten Innovationen später auch im Strassenverkehr umgesetzt werden.

Was ist Ihr persönliches Fazit zur Anwendung von Bandagen und Orthesen von Bauerfeind?

Ich bin mit den Produkten sehr zufrieden, sie erfüllen ihren Sinn und Zweck. Die Qualität, die Funktionalität und auch das Design stimmen. Der wichtigste Indikator ist für mich aber die Zufriedenheit meiner Patientinnen und Patienten, welche diese Produkte schätzen und gerne tragen.

Das Interview wurde geführt von Dr. med. Nadja Pecinska.

Dieses Interview konnte mit freundlicher Unterstützung von Bauerfeind AG realisiert werden.

Bauerfeind AG, Vorderi Böde 5, 5452 Oberrohrdorf, Tel. 056 485 82 42, info@bauerfeind.ch
www.bauerfeind.ch