



Pressemitteilung zum DKOU 2015

Deutscher Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie

20. bis 23. Oktober 2015, Messegelände Süd, Berlin

Kongress-Presskonferenzen: täglich 11:00 bis 12:00 Uhr

Vorab-Presskonferenz: 13. Oktober 2015, 11:00 bis 12:00 Uhr, Tagungszentrum im Haus der BPK, Berlin

„Return to play“ – Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Sportlicher Wiedereinstieg nach Verletzung häufig zu früh

Berlin – Nach dem Kreuzbandriss sechs bis neun Monate pausieren – das ist die allgemein gültige Regel. Die meisten Hobby- aber auch Spitzensportler halten sich nicht an diese Empfehlung und steigen zu früh wieder ins Training ein. Oder ihre Verletzung ist in der vorgegebenen Spanne noch nicht ausgeheilt. Aussagekräftiger als die zeitliche Faustregel sind Muskelfunktionstests. Denn sie ermitteln auch das Risiko einer neuerlichen Knieverletzung. Wie ein solcher „Return to play“-Test funktioniert und warum er auch als Präventionsmaßnahme sinnvoll ist, diskutieren Experten auf einer Pressekonferenz am 20. Oktober 2015 im Rahmen des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU) in Berlin.

Nach einer Kreuzband-OP zeigen sich Defizite bei Muskelaktivitäten in Knie, Hüfte und Knöchel – teilweise sogar noch bis zu fünf Jahre nach der Operation. „Viel zu häufig kehren verletzte Sportler zu früh ins Training oder den Wettkampf zurück“, erklärt Privatdozent Dr. med. Thore Zantop, Unfallchirurg und ehemaliger Leistungssportler der Handballbundesliga. Das kann weitere Verletzungen etwa am Meniskus ebenso wie eine neuerliche Kreuzbandruptur zur Folge haben. Die Rückfallrate beim Riss des vorderen Kreuzbandes liegt für das operierte sowie das andere Knie zwischen 3 und 49 Prozent. „Für Leistungssportler bedeutet ein zu früher Trainings-Einsatz nach einer Verletzung nicht selten das Ende der Wettkampfkariere“, mahnt Professor Dr. med. Michael Nerlich, Direktor der Klinik für Unfallchirurgie am Universitätsklinikum Regensburg und Kongresspräsident des DKOU 2015, „denn nach erneuter langer Verletzung ist irgendwann der Zug abgefahren.“

Fast immer entscheide allein der Zeitfaktor über die Rückkehr auf den Sportplatz, kritisiert Zantop, „meist in Zusammenhang mit einer Beweglichkeitsprüfung oder dem Lachman-Test.“ Nur zwei von fünf der in einer Studie berücksichtigten Operateure (insgesamt: 260) führten einen Muskelfunktionstest durch. „Eine Überprüfung der passiven Stabilisatoren, bei der der Arzt das Knie bewegt und nicht der Patient selbst, reicht aber nicht aus“, betont Zantop im Vorfeld des DKOU. Zudem seien die Anforderungen an die Kniemusculatur und die Bewegungsmuster je nach Sportart unterschiedlich. Daher überprüft der von Zantop mitentwickelte „Return to play“-Test nicht nur die Muskelstärke, sondern erstellt auch eine Art Bewegungsanalyse. Dabei geht



es unter anderem darum, Schwachstellen wie eine falsche Sprung- oder Lauftechnik zu ermitteln.

Der Knieexperte empfiehlt den Test, der etwa anderthalb Stunden dauert, auch zur Prävention. „Studien haben gezeigt, dass Stabilisations- und Kräftigungsübungen oder angepasste Bewegungsabläufe wie das Landen mit dem gebeugten statt dem gestreckten Knie das Verletzungsrisiko deutlich senken können“, betont er. Als Beispiel hebt er die häufige X-Bein-Stellung bei Sportlerinnen hervor, die die Bandstrukturen des Kniegelenkes unnötig belastet. „Der Test ermöglicht es, verletzungsanfällige Sportler, gerade auch bei Jugendlichen, zu identifizieren.“

Eine Ruptur des Kreuzbandes, vor allem des vorderen, gehört zu den häufigsten Sportverletzungen. Der Anteil von Kniegelenksschäden insgesamt liegt bei etwa 18 Prozent; ein großer Teil davon geht auf das Konto von Kreuzbandrissen. Hochrisikosportarten sind Fuß-, Hand- und Basketball sowie alpiner Skilauf.

Der Deutsche Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie (DKOU 2015) wird von der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU), der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC) sowie dem Berufsverband für Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU) ausgerichtet. Mit etwa 12.000 Teilnehmern hat sich der DKOU zum größten medizinischen Fachkongress in Europa entwickelt.

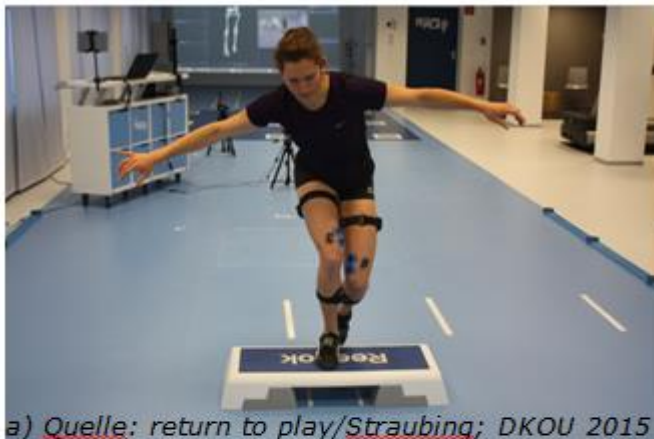
*****Abdruck erwünscht – Beleg erbeten*****

Quellen:

Petersen W, Taheri P, Forkel P, Zantop T. „Return to play following ACL reconstruction: a systematic review about strength deficits“ [Arch Orthop Trauma Surg. 2014 Oct; 134\(10\):1417-28. doi: 10.1007/s00402-014-1992-x](#)

Petersen W, Zantop T. „Return to play following ACL reconstruction: survey among experienced arthroscopic surgeons (AGA instructors)“ [Arch Orthop Trauma Surg \(2013\) 133:969–977 DOI 10.1007/s00402-013-1746-1](#)

ARAG Allgemeine Versicherungs-AG: [„Sportunfälle – Häufigkeit, Kosten, Prävention“](#)



a) Quelle: return to play/Straubing; DKOU 2015



b



c) Quelle: return to play/Straubing; DKOU 2015

- a) Einbeinige Kniebeuge als Provokationstest einer funktionellen X-Beinstellung
- b) 3D Bewegungsanalyse mit Hilfe des Avatar zeigt sich bei schneller Richtungsänderung eine verletzungsanfällige Beinachse mit Fußaußenrotation, funktionellen Valgus und geringer Flexion
- c) Auswertungsbildschirm in Echtzeit bei einer Speedcourt-Analyse 6 Monate nach VKB Rekonstruktion: Winkelstellung der Gelenke, Visuelle Bewegungsanalyse, Avatar und plantare Druckmessverteilung

Diese und weitere Abbildungen senden wir Ihnen für eine Berichterstattung zum DKOU 2015 auf Anfrage gerne in Druckqualität zu.

Terminhinweise:

Vorab-Pressekonferenz

Termin: Dienstag, 13. Oktober 2015, 11:00 bis 12:00 Uhr



Ort: Tagungszentrum im Haus der Bundespressekonferenz, Schiffbauerdamm 40, 10117 Berlin

Eines der Themen:

Prävention im Spitzensport – Synergieeffekte für die Gesamtgesellschaft

Jürgen Fischer, Direktor des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, Bonn

Kongress-Pressekonferenz

Termin: Dienstag, 20. Oktober 2015, 11:00 bis 12:00 Uhr

Ort: Messe Berlin, Eingang Süd, Halle 6.3, Raum 411

Eines der Themen:

„Return to play“ häufig zu früh: So ermittelt man den richtigen Zeitpunkt für den sportlichen Wiedereinstieg

PD Dr. med. Thore Zantop

Vorstandsmitglied der Gesellschaft für Orthopädie und Traumatologie (GOTS);

Stellvertretender Leiter des Knie-Komitees der Deutschsprachigen Arbeitsgemeinschaft für Arthroskopie (AGA)

Vorträge auf dem DKOU 2015

Termin: Freitag, 23. Oktober 2015, 16:30 bis 18:00 Uhr, Großer Saal

Sportorthopädie Knie:

- Prävention von Kreuzbandverletzungen im Profifußball – erste Ergebnisse eines "Kreuzbandregisters im Deutschen Fußball"
- Sind Knieverletzungen die Hauptursache für ein Karriereende im Profifußball?

Ihr Kontakt für Rückfragen:

Kathrin Gießelmann, Lisa Ströhlein

Pressestelle DKOU 2015

PF 30 11 20, 70451 Stuttgart

Tel.: 0711 8931-981, Fax: 0711 8931-167

giesselmann@medizinkommunikation.org

www.dkou.de