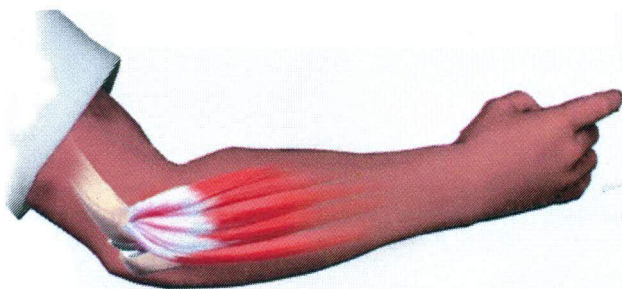


Dr. med. Stefan Weindel
Facharzt (FMH)
Plastische, Rekonstruktive
und Ästhetische Chirurgie,
Chirurgie und Handchirurgie

Tennisellenbogen (Epicondylitis humeri radialis)

Unter einem Tennisellenbogen versteht man den schmerzhaften Sehnenansatz der Unterarmstreckmuskulatur im äusseren Ellenbogenbereich. Das macht sich bei verschiedenen Provokationsbewegungen sehr lästig bemerkbar. Das Krankheitsbild tritt bei Tennisartverwandten Belastungen auf so dass nicht nur Tennisspieler betroffen sein können. Die Diagnosestellung erfolgt durch die Untersuchung. Gelegentlich ist zusätzlich eine Röntgenuntersuchung zum Ausschluss eines Knochenschadens erforderlich.



Ursache

Häufig atypische Überlastung,
Rheumatische Grunderkrankung,
Polymyalgie

Behandlung

Im Anfangsstadium Schonung, Physiotherapie (Dehnübungen, Triggerpunkt- und Querfrikationsmassagen) sowie Schienenruhigstellung. Bei Beschwerdepersistenz Kortisoninfiltrationen und Stosswellentherapie. Alternativ besteht die Option einer Eigenblutbehandlung. Hierbei wird mit eigenem Blut künstlich ein Bluterguss produziert. Damit wird ein körpereigener Heilungsprozess in Gang gesetzt, welcher sich nebenbefundlich günstig auf den chronischen Schmerz und die Entzündung auswirken kann.

Operation

Schnitt über dem Sehnenansatzpunkt (radialer Epicondylus) des Ellenbogens und Herausnehmen des entzündlich veränderten Gewebes. Dadurch Denervation der Schmerzregion.

Komplikationen

Infekt, Verletzung von Ellenbogengelenk, Gefässen, Sehnen oder Nerven, Restbeschwerden, Rezidiv

Nachbehandlung

Gippschienenruhigstellung für 1 Woche, dann Beginn mit belastungsfreien Beübungen, Fadenzug nach 12 Tagen, Arbeitsausfall für 2-3 Wochen, häufig lanfwiriger Krankheitsverlauf.

Weitere Informationen erhalten Sie gerne in einem persönlichen Gespräch.

Dr. med. Stefan Weindel

Dieses Informationsblatt ist lediglich eine Ergänzung zum Gespräch mit dem Arzt und zum persönlichen Behandlungsplan.