

## Therapie Arthrose

- **Kausale Therapie:** Bisher nicht möglich
- **Symptomatische Therapie**
  - Prinzipiell immer individuelle Anpassung der Behandlungsoptionen erforderlich
  - Ziele: Schmerzbekämpfung, Funktions- und Strukturerhalt
- **Maßnahmen bei aktivierter Arthrose**
  - Kurzfristige Ruhigstellung
  - [Kältetherapie](#)
  - Analgesie: Bevorzugt NSAR, alternativ [Paracetamol](#)
  - Ggf. [intraartikuläre Injektion](#) von [Glucocorticoiden](#) mit oder ohne [Hyaluronsäure](#) erwägen

## Konservative Therapie

- **Allgemeine Maßnahmen**
  - Gewichtsreduktion bei hohem Körpergewicht
  - Patientenedukation
  - Leichte bis moderate körperliche Aktivität
- **Medikamentöse Therapie**
  - [Nicht-Opioid-Analgetika](#) <sup>[52]</sup>
    - [NSAR](#) und [selektive COX2-Hemmer](#) <sup>[52]</sup>
    - Alternativ [Paracetamol](#) <sup>[52]</sup>
    - Siehe auch: [SYRADOA](#) und [SYSADOA](#)
  - [Opioide: Tramadol](#) <sup>[52]</sup>
  - [Koanalgetika](#) <sup>[53]</sup>
    - Ggf. [SSNRI](#) (Off-Label Use), bspw. [Duloxetin](#)
    - [Anfallssuppressiva](#) mit Wirkung auf neuronale Calciumkanäle, bspw. [Gabapentin](#) oder [Pregabalin](#)
    - [Trizyklische Antidepressiva](#)
  - **Topische Analgetika**
    - [NSAR](#) <sup>[52][54]</sup>
    - Beinwell-Extrakt
    - Arnika
    - [Capsaicin](#)

- [Phytotherapeutika](#), bspw. <sup>[55]</sup>
  - Boswellia (Weihrauch)
  - Grünlippmuschel
  - Hagebutte
  - Ingwer
  - Kurkuma
  - Teufelskrallenwurzel
  - [Weidenrinde](#)
- **Disease-modifying Osteoarthritis Drugs (DMOADs)** <sup>[56]</sup>
  - Ansatzpunkt [Synovia](#), bspw. [IL-1-Inhibitoren](#) oder [TNF- \$\alpha\$ -Hemmer](#)
  - Ansatzpunkt [Knorpel](#), bspw. plättchenreiches Plasma (PRP) oder AMPK-Modulatoren ([Metformin](#))
  - Ansatzpunkt subchondraler [Knochen](#), bspw. [Parathormon](#) oder [Bisphosphonate](#)
- **Physiotherapie, Ergotherapie** <sup>[47]</sup>
- **Orthopädische Hilfsmittel**
  - Kox- und [Gonarthrose](#): Gehhilfen
  - [Gonarthrose](#): Einlagen, Schuhzurichtung, Entlastungssorthesen, [Kniebandagen](#)
  - [Rhizarthrose](#): CMC-Schiene
  - [Hallux rigidus](#): Starre Einlage (zur Vermeidung der [Dorsalextension](#)), orthopädische Schuhzurichtung mit Ballenrolle (zur Entlastung der [Zehengrundgelenke](#))
- **Physikalische Therapie**, bspw.
  - Hydrotherapie
  - Thermische Therapie: Wärme- und Kälteapplikation
  - [Transkutane elektrische Nervenstimulation \(TENS\)](#)
  - Lasertherapie, elektrophysikalische Therapie
- **Radiotherapie** (Röntgenreizbestrahlung)
- **Komplementärmedizin**, bspw.
  - [Akupunktur](#)
  - Yoga
  - Tai Chi
  - [Blutegel](#)

## Operative und interventionelle Therapie

- [Intraartikuläre Injektion](#)
  - [Glucocorticoide](#)
  - [Hyaluronsäure](#)
  - Plättchenreiches Plasma (PRP)
  - [Mesenchymale](#) Progenitoren
- [Radiosynoviorthese](#) : Off-Label Use in Deutschland, wird insb. bei [aktivierter Arthrose](#) angewandt
- **Operative Therapie**
  - Gelenkerhalt: Bei fokalem Defekt bspw. durch autologe Chondrozytentransplantation oder Mikrofrakturierung, bei generalisierter Arthrose bspw. durch Denervierung
  - Gelenkresektion: Bspw. durch Resektions-Interpositions-Plastik, Resektion eines Gelenkpartners, Arthrodese
  - Gelenkersatz: Bspw. durch Implantation einer [Totalendoprothese](#)
  - Für lokalisationsabhängige operative Therapie siehe: [Lokalisationen der Arthrose](#)

Quelle: <https://next.amboss.com/de/article/bT0H62?q=arthrose>