

# „Meine Arthrose macht keine Probleme mehr“

Jahrelang hatte Christiane Winters Gelenk-Schmerzen. Erst eine besondere Therapie half ihr

**D**ie Beschwerden begannen schon morgens: „Als wäre ich über Nacht eingeroestet“, sagt Christiane Winters (55). Selbst kleinste Bewegungen taten der Sportlehrerin aus der Nähe von Bonn weh. Zunächst nur im linken Knie – schon etwa zehn Jahre lang spürte Christiane eine Arthrose in dem Gelenk und sollte bald eine Prothese bekommen. Und plötzlich stachen morgens auch Schmerzen in der rechten Schulter.

## Als es schlimmer wurde

Diese hatten eine konkrete Ursache: Christiane war beim Training der Volleyball-AG gestürzt: „Ich hatte das Gefühl, als ob in der Schulter etwas riss.“ Sie kühlte das Gelenk sofort, nahm wochenlang Schmerztabletten. Doch bereits geringe körperliche Belastungen im Beruf ließen die Entzündung immer wieder aufflackern. „Auf Anraten meines Arztes, bei dem ich mit meinem Knie in Behandlung war, arbeitete ich mit Muskeltrai-



**Test-Training**  
Dr. Klingenberg ist mit Christianes Fortschritten sehr zufrieden

Foto: André Berger (3)



*Christiane kann sich wieder voller Energie auf ihren Beruf als Sportlehrerin einlassen*

ning dagegen an,“ erzählt sie. „Zweimal pro Woche ging ich ins Fitness-Studio. Doch alles half nicht. Daher suchte ich nach einer Zweitmeinung. Im Internet stieß ich auf die Beta Klinik in Bonn und das Konzept von Dr. Markus Klingenberg.“ Christiane ließ sich einen Termin bei dem leitenden Arzt für Gelenkchirurgie und Sportmedizin geben. Ihre Hoffnung: Ein Experte, der auch Profisportler erfolgreich behandelt, konnte ihr doch bestimmt besser helfen.

## Der Weg zur Heilung

Nach den ersten Untersuchungen war das Thema Berufsunfähigkeit schon mal vom Tisch. „Aufgrund des Grades des Gelenkverschleißes möchte ich den Fokus auf Reparatur und nachhaltige Erholung des Gelenks legen“, sagte Dr. Klingenberg seiner Patientin. Dazu steht eine Aufbereitung ihres Blutes zur Verfügung, die ACP-Therapie. Der Experte erklärte Christiane:

„Aus dem Blut entfernen wir die roten und weißen Blutzellen. Es verbleibt das plättchenreiche Plasma mit vielen wertvollen Wachstumsfaktoren für das geschädigte Schultergelenk.“

Christiane: „Die Behandlung war fast schmerzfrei.“ Aus der Armbeuge wurden ihr etwa 15 ml Blut entnommen und per Zentrifuge getrennt. Dann injizierte der Orthopäde das Plasma unter lokaler Betäubung in die Schulter. Zur Akut-Therapie haben sich laut Dr. Klingenberg drei Spritzen im Abstand von je einer Woche bewährt: „Wir raten zu Auffrischungen alle drei bis zwölf Monate.“

„Das Gelenk schwoll gleich nach der ersten Injektion ab, ich konnte den Arm wieder besser kreisen lassen“, sagt Christiane. „Nach 14 Tagen fing ich an, im Unterricht wieder mehr mitzuspielen. Die Schmerzfreiheit hielt an. Und jetzt lasse ich auch mein Knie behandeln. Vielleicht kann ich damit den Gelenkersatz hinausschieben.“ ★ RMH

## UNSER EXPERTE



### Dr. Markus Klingenberg

Der Orthopäde und Unfallchirurg ist Leitender Arzt für Arthroskopie sowie Fußchirurgie und Sportmedizin an der Beta Klinik in Bonn

## So funktioniert die ACP-Therapie

„Wachstumsfaktoren im Blut regen Heilungs- und Aufbauprozesse im geschädigten Gelenk an. Das lindert Schmerzen, es kommt zu einer schnellen Regeneration und nachhaltigen Funktionsbesserung“, so Dr. Klingenberg.

**Kosten** „Im Gegensatz zu vielen privaten Krankenversicherungen bezahlen die gesetzlichen Kassen bislang meist nicht. Eine Spritze kostet etwa 140 Euro. Eine Serie von drei bis fünf Injektionen ist sinnvoll. Studien belegen, dass die ACP-Therapie z. B. der Hyaluronsäure überlegen ist. Im Vergleich zur Cortisonspritze setzt der entzündungshemmende Effekt zwar langsamer ein, dafür sind Schmerz- und Funktionsbesserung gut belegt. Vielfach beobachten wir auch eine Regeneration des Knorpels.“