



Sprechstunde

DR. MED. WOLFGANG EXEL
INTERVIEWT SPEZIALISTEN
AUS ALLEN GEBIETEN DER MEDIZIN

? Roland B. (62): „Ich spiele schon ziemlich lange Golf, muss seit etwa zwei Jahren aber immer wieder pausieren, weil meine rechte Schulter unerträglich stark schmerzt. Untersuchungen haben keine Verletzung ergeben. Ich bin Rechtshänder. Was kann ich tun, um die Beschwerden doch wieder los zu werden?“

○ Dass die Schulter tatsächlich beim Golfspielen besonders oft Probleme verursacht, geht aus einer Studie mit mehr als 700 Amateur- und Profisportlern hervor – Schmerzen in dieser Region wurden als die häufigsten Beschwerden angegeben.

Für die Behandler ist es wichtig zu wissen, ob der Schmerz durch eine akute Verletzung entstanden ist. Auch wenn diese bereits länger zurück liegt. Zum Beispiel kann ein Schlag in den Boden oder in die Luft

Schultererschmerz beim Golfen



Foto: CandyRetriever - stock.adobe.co

– was Anfängern nicht selten passiert – nachhaltige Schäden bewirken. Und zwar sowohl in den Gelenken als auch in Bändern sowie im Bereich der Sehnen.

Speziell die Rotatorenmanschetten sind häufig betroffen. Darunter versteht man eine Struktur, die das Schultergelenk wie eine Kappe umfasst und so das Gelenk stabilisiert. Die Sehnen von vier Muskeln bilden diese Manschette.

Gute Nachricht: Die meisten Beschwerden, die beim Golfspielen auftreten, lassen sich durch gezielte Physiotherapie erfolgreich behandeln. Dazu gehört neben speziellen Übungen auch das Erlernen der richtigen Technik durch erfah-

rene Trainer. Schließlich kommt es durch die komplexe Schwungbewegung immer wieder zu Überlastungszeichen. Besonders wenn die Schulter- und Rumpfmuskulatur schlecht trainiert ist.

Im vorliegenden Fall rate ich aufgrund des Alters und der als besonders stark beschriebenen Schmerzen unbedingt zu einer Begutachtung durch einen einschlägig tätigen Facharzt (Orthopäde, Sportmediziner). Grund: Es muss sowohl ein Riss der Rotatorenmanschette sowie eine Verrenkung (Luxierung) der langen Bizepssehne ausgeschlossen werden.

Mitunter sind zur Behebung des Schadens arthroskopische Eingriffe (Schlüssellochchirurgie) notwendig. Es handelt sich dabei um unzählige Male durchgeführte Routineoperationen. Nach einer Phase der Heilung kann wieder schmerzfrei Golf gespielt werden.



Dr. Felix Krebs, Facharzt für Orthopädie und Traumatologie, Schulter spezialist
MEDamMarkt Ärztezentrum in Wien.

☎ 01/99 74 375, felix.krebs@medammarkt.at