

Wiedersehen mit einem alten Bekannten

Herr Krüger arbeitet seit Kurzem wieder auf „seiner“ Station, einer Station für Orthopädie. Heute hat er Spätdienst. Es ist sein erster Dienst nach einer monatelangen Pause, die er wegen seiner schweren Knieverletzung einlegen musste. Vor einem halben Jahr hatte er sich beim Judotraining das linke Knie schwer verletzt. Das vordere Kreuzband, das Innenband und der Innenmeniskus waren ab! Herr Krüger musste operiert werden, die Bänder wurden arthroskopisch rekonstruiert. Anschließend ging es in die Reha, wo er jeden Tag Physiotherapie bekam. Mittlerweile ist er beinahe wieder so belastungsfähig wie vor der Verletzung, nur mit Judo darf er noch nicht wieder anfangen. Auch bei der Arbeit läuft es schon ganz gut. Anfangs hatte Herr Krüger Bedenken, dass er vom ständigen „Auf-den-Beinen-Sein“ Schmerzen oder einen Erguss bekommen könnte. Man weiß ja schließlich nie. Das Knie hält aber gut und ist völlig reizfrei.

Plötzlich wird er aus seinen Gedanken gerissen, jemand aus Zimmer 3 hat geklingelt. Als Herr Krüger in das Zimmer geht, erkennt er seinen ehemaligen Judo-Jugendtrainer im Bett an der Wand. „Mensch, Thomas, du hier!“, grüßt ihn sofort sein früherer Coach Dokic. „Schön, hier ein bekanntes Gesicht zu sehen.“ Sofort beginnt Herr Dokic, seine Krankengeschichte zu erzählen. Sein rechtes Knie sei total im Eimer, er sei schon bei mehreren Orthopäden gewesen, aber man könne wohl nichts mehr machen. Er brauche ein neues Kniegelenk, die Arthrose sei schon zu stark, das hätten alle übereinstimmend gesagt. „Der Leistungssport früher, die vielen Verletzungen und die falsche Belastung sind schuld, sagen die Ärzte“, stöhnt Herr Dokic, „das Knie ist komplett verschlissen. Pass du bloß auf, dass es dir in 20 Jahren nicht auch so ergeht ...“

Herr Krüger zieht einen Stuhl ans Bett heran und versucht seinem Ex-Trainer zu erklären, was auf ihn zukommen wird, und beruhigt ihn: „Eine Knie-Totalendoprothese, auch Knie-TEP, ist ein häufiger Eingriff. Du wirst sehen, nach der OP bist du schnell wieder auf den Beinen. Am zweiten Tag fängt schon die Physiotherapie an und dann geht's schnell weiter mit der Reha. Nach ein paar Monaten ist Sport auch kein Problem mehr, Radfahren und Schwimmen sind z.B. ein schöner Ausgleich.“ Das Gespräch hilft Herrn Dokic. „Oh ja, dann werde ich mir nach der Reha gleich ein neues Fahrrad anschaffen und in die Pedale treten.“ Als Herr Krüger aus dem Zimmer geht, muss er schmunzeln, genauso kennt er seinen Trainer von früher.

Nachwirkungen des Judotrainings.



© Andreas Berheide/fotolia.com



ARBEITSAUFTRAG

- 1 Bei Herrn Krüger ist das Kniegelenk stark geschädigt. Überlegen Sie, wie das gesunde Kniegelenk aufgebaut ist: Welche Knochen sind beteiligt? Welches sind die wichtigsten Bänder? Welche weiteren Strukturen gibt es?
- 2 Welche Gelenktypen finden sich am Knie? Fallen Ihnen weitere Gelenktypen ein? Überlegen Sie sich für jeden Gelenktyp ein Beispiel!
- 3 Bei Herrn Krüger wurden bei seinem Sportunfall beide Menisken beschädigt. Welche Funktion haben die Menisken im Kniegelenk? Wenn nur ein Meniskus betroffen ist, welcher ist das meiste und warum?
- 4 In der Reha musste Herr Krüger auch Übungen zum Muskelaufbau machen. Welche Muskeln bewegen das Kniegelenk? Welche sind Beuger und welche Strecker? Wo liegt ihr Ursprung, wo setzen sie an?