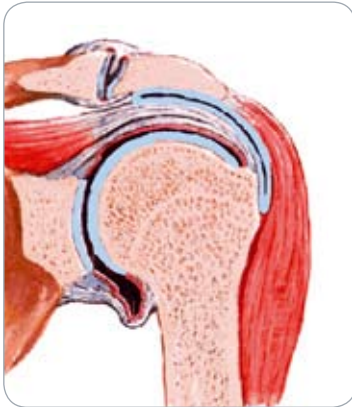




von Andreas Lieschke und Roy Obermüller, Physiopark Regensburg



Die Schulter ist neben dem Rücken und den Knien eine der am häufigsten von Schmerzen betroffenen Gelenkregionen.

Viele „Überkopfsportler“ bekommen ernstzunehmende Schulterschmerzen. Aber auch schon durch Alltagsbelastungen können gerade Patienten im mittleren Altersabschnitt Probleme bekommen!

Oft beginnt es mit allgemeinen Symptomen: der Patient kann nicht mehr auf der Schulter liegen und kann den Arm nicht mehr schmerzfrei heben oder drehen.

Die Ursachen sind vielfältig. Eines der häufigsten Probleme tritt unter dem Schulterdach auf. Beim Armheben kann es hier zum Einklemmen empfindlicher Strukturen zwischen dem Schulterkopf und dem Schulterdach kommen (Impingement). Chronische Schleimbeutelentzündungen und Sehnenverletzungen sind die Folge. Aber auch starke Kapselentzündungen (Arthritiden) mit Einsteifen des Gelenks kommen insbesondere bei Frauen ab dem 50. Lebensjahr vor.

Größere Instabilität, wenn sie nicht unfallbedingt sind, kommen fast nur bei Sportlern vor. Hier sind Sportarten im Vormarsch, die früher in Deutschland weniger verbreitet waren, wie Base- oder Basketball.

Unser Physiogramm mit weiteren Informationen und einer Übungsanleitung können Sie auf www.physiopark-regensburg.de unter dem Menüpunkt „Infothek“ herunterladen.

Die häufigsten Schultererkrankungen:

- Enpass- oder Impingement-Syndrom
- Arthritis oder „die gefrorene Schulter“
- Instabilitäten
- Erkrankungen des Schulter-Eckgelenks (ACG)

