

Mehr als eine Entzündung

Der Hauptfaktor für Schmerzen bei fortgeschrittener Kniearthrose

Schmerzen prägen den Alltag vieler Menschen mit fortgeschrittener Kniearthrose. Doch Schmerz ist nicht gleich Schmerz: Neben Entzündungen und Nervenschäden rückt eine klinische Analyse einen anderen Mechanismus in den Fokus. Eine Querschnittsstudie mit 920 Patienten zeigt, dass mechanischer Schmerz bei Belastung der häufigste Schmerztyp ist. Rund 43,5% der Betroffenen klagten über rein mechanische Schmerzen, die nur bei Aktivitäten wie Gehen oder Treppensteigen auftraten. Weitere 33,5% litten an einer Mischform aus mechanischem Schmerz und Ruheschmerz. Nur 23,0% der Patienten berichteten über wahrscheinlich neuropathisch bedingte Schmerzen. Auffällig: Frauen litten häufiger und stärker unter Schmerzen. Ein höherer Wert auf der Schmerzskala korrelierte klar mit stärkeren funktionellen Einschränkungen.

Diese Ergebnisse sind wichtig für die Praxis. Sie zeigen, dass bei fortgeschrittener Kniearthrose nicht nur entzündliche oder neuropathische Mechanismen im Vordergrund stehen. Vielmehr spielt die mechanische Belastung des Gelenks eine zentrale Rolle im Schmerzerleben. Dies spricht für ein konsequent multimodales Vorgehen bei der Therapie, das mechanische Belastung reduziert und die Schmerzweiterleitung beeinflusst. Aktuelle Massnahmen setzen auf Gewichtsmanagement, Training sowie pharmakologische und gegebenenfalls chirurgische Eingriffe. Neben einer allfälligen Gewichtsabnahme sind zur Reduktion mechanischer Belastung gelenkschonende Bewegung, gezielter Muskelaufbau und die Korrektur von Fehlbelastungen weitere Ansatzpunkte. Physikalische Verfahren wie Ultraschall und Stosswellentherapie können Schmerzen und Einschränkungen zusätzlich lindern. Eine Kombination aus Vibrationsstimulation und konventionellem Training könne sowohl die Schmerzintensität in Ruhe als auch die Funktion und den WOMAC (Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index)-Score stärker verbessern als Training allein, so die Autoren.

Die Studie liefert ein starkes Argument, mechanischen Schmerz als zentralen Ansatzpunkt zu betrachten und die Therapie darauf auszurichten – insbesondere bei Frauen und Patienten mit hoher Schmerzlast.

Mü □

Quelle: Li Q et al.: «Mechanical Pain is a Main Type of Pain in Patients With Advanced Knee Osteoarthritis». *Pain Res Manag.* 2025;2025:8356050. doi:10.1155/prm/8356050