

Tendovaginitis und andere Sehnenscheidenentzündungen

Schmerzen am daumenseitigen Handgelenk sind häufig durch eine Entzündung der Sehnen im sog. ersten Strecksehnenfach begründet. Die Funktion der Strecksehnenfächer ist die Führung der Sehnen am Speichenknochen auf Höhe des Handgelenks.

Durch das erste Strecksehnenfach laufen die lange Daumenabspreibsehne (Abduktor pollicis longus) sowie die kurze Daumenstrecksehne (Extensor pollicis brevis). Zu Entzündungen kann es kommen, wenn das Fach zu eng ist, oder wenn die Sehnen im Fach durch repetitive Bewegungen in ungünstiger Position gereizt werden.

In manchen Fällen verläuft die kurze Daumenstrecksehne in einem extra Fach innerhalb des schon engen ersten Strecksehnenfachs, was eine Entzündung zusätzlich begünstigen oder unterhalten kann.

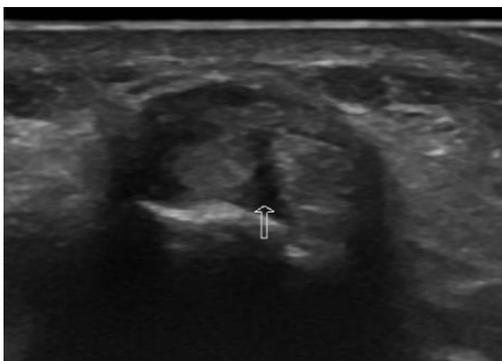


Abb.1: Ultraschallbild der entzündeten Sehnen bei zusätzlichem Strecksehnenfach

Die Diagnose kann durch klinische Tests und bei Bedarf durch eine Ultraschalluntersuchung gestellt werden.

Je nach Schweregrad der Entzündung und Dauer der Beschwerden gibt es unterschiedliche Behandlungsansätze. Bei kurzer Symptombdauer oder milden Schmerzen, kann in der Regel ein Therapieversuch mit Ruhigstellung und lokaler Entzündungshemmung, unterstützt durch Handtherapie, erfolgreich sein. Falls diese Massnahmen nicht ausreichen, oder bei starken Beschwerden können entzündungshemmende Infiltrationen oft rasch die Schmerzen lindern.

Kehren die Beschwerden wieder, oder ist die Beeinträchtigung gross, wird in einer kleinen Operation das erste Strecksehnenfach erweitert. Der Ausfall bei der Arbeitstätigkeit beträgt danach in der Regel 2-4 Wochen.

Andere Sehnenscheidenentzündungen

Auch andere Engstellen oder Überkreuzungen von Sehnen können zu Sehnenscheidenentzündungen führen. Häufig treten diese nach Überlastungen oder basierend auf chronischen Entzündungen wie bei einer Rheumaerkrankung auf.

Die Handtherapie kann in vielen Fällen dabei helfen, vor allem mit der ergonomischen Beratung, dass ein erneutes Auftreten vermieden wird. Manchmal muss eine entzündungshemmende Infiltration durchgeführt werden, dabei wird mit Hilfe des

Ultraschalls das Medikament exakt am Ort der Entzündung platziert.

Falls mit konservativen Massnahmen keine Linderung erreicht werden kann, muss in manchen Fällen mit einer

Operation die Engstelle beseitigt, oder der Konflikt zwischen zwei Sehnen gelöst werden.