

Pressemitteilung

Mehr stationäre Behandlungen wegen Arthrose in Schleswig-Holstein

Vor allem Hüft- und Kniegelenke von Gelenkverschleiß betroffen

Kiel, 10. April 2025

In Schleswig-Holstein werden immer mehr Menschen wegen Arthrose im Krankenhaus behandelt. Das geht aus einer Auswertung der AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Statistischen Bundesamtes hervor. Danach wurden im Jahr 2023 insgesamt 17.459 gesetzlich Krankenversicherte wegen Coxarthrose am Hüftgelenk und Gonarthrose am Kniegelenk in Kliniken stationär aufgenommen. Das sind 14,2 Prozent mehr als noch ein Jahr zuvor (15.291) und 26 Prozent mehr als in 2021 (13.845). In vielen Fällen kann der Krankheitsverlauf mit konservativer, ambulanter Therapie sowie medikamentöser Behandlung positiv beeinflusst werden. „Ein maßgeblicher Schlüssel zur Linderung der Schmerzen bei Arthrose ist eine Änderung der Lebensweise. Mit bewusster Ernährung und maßvoller Bewegung gewinnen Patientinnen und Patienten deutlich mehr Lebensqualität, lindern Schmerzen nachhaltig und können den Gelenkersatz als letzten Ausweg hinausschieben oder sogar vermeiden“, sagt AOK-Vorstandsvorsitzender Tom Ackermann.

Hüft- und Kniegelenke von Gelenkverschleiß betroffen

Arthrose zählt zu den häufigsten chronischen Krankheiten. Allein in Schleswig-Holstein waren 2023 insgesamt 217.800 Menschen ab 20 Jahren wegen einer Verschleißerkrankung im Knie- oder Hüftgelenk in ärztlicher Behandlung. Das geht aus dem aktuellen AOK-Gesundheitsatlas Deutschland des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) hervor, der die Zahlen standardisiert auf die Gesamtbevölkerung in Schleswig-Holstein hochrechnet. Danach wurde bei 76.900 Menschen im Norden die sogenannte Coxarthrose, eine Gelenkerkrankung am

Hüftgelenk, und bei 140.900 eine Gonarthrose am Kniegelenk diagnostiziert. Über 60 Prozent der Betroffenen waren Frauen. Insgesamt waren wegen Coxarthrose 45.800 Frauen und 31.100 Männer in ärztlicher Behandlung. Bei der Gonarthrose waren es 90.000 Frauen und 50.900 Männer.

Schleichende Erkrankung ab dem 50. Lebensjahr

Arthrose ist eine Verschleißerkrankung: Der Gelenkknorpel nutzt sich ab, wird rau und zerfasert. Kleine Knorpelstückchen können sich ablösen - im Endstadium reibt Knochen auf Knochen. Die Knie- und Hüftgelenke sind besonders häufig von Arthrose betroffen, da sie im Laufe der Jahre bei vielen Menschen starken Belastungen ausgesetzt sind. Die Folgen sind Schmerzen, Steifigkeit und Einschränkungen in der Bewegung. In den meisten Fällen beginnt die Krankheit schleichend ab dem 30. Lebensjahr und nimmt ab dem 50. Lebensjahr bis zum 84. Lebensjahr deutlich zu. Zu den charakteristischen Symptomen zählen Gelenkschmerzen bei Bewegungsbeginn. Häufig verstärken sich Arthrose bedingte Anlaufschmerzen früher oder später, wenn die betroffenen Gelenke belastet werden. Geht der entstandene Belastungsschmerz in einen belastungsunabhängigen Schmerz über, so ist das ein eindeutiger Hinweis darauf, dass die Arthrose fortschreitet und sich der Gelenkknorpel abbaut.

Entzündungsprozesse eindämmen, in Bewegung bleiben

Viele Studien belegen, dass Bewegung und ein gezielter Muskelaufbau effektive Therapien bei Arthrose sind. Denn Bewegung kurbelt Stoffwechselprozesse an und verbraucht überschüssige Kalorien, bevor sie sich im Bauchfett anlagern. Und wer sich dazu auch noch abwechslungsreich mit viel Gemüse, Obst, Gewürzen, guten Fetten, Nüssen und Kräutern ernährt, der führt sich ausreichend sekundäre Pflanzenstoffe und wichtige Mineralien zu, die allesamt entzündungshemmend wirken. Lassen sich Schmerzen mit konservativen Therapien jedoch nicht mehr adäquat behandeln und wenn der Leidensdruck zu hoch ist, kann eine Operation helfen. Dabei wird zwischen gelenkerhaltenden und gelenkeretzenden Verfahren unterschieden. Die individuelle Vorgehensweise sollten Patientinnen und Patienten mit ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem Arzt besprechen.