

Pressemitteilung

Zahl der Krankenhausbehandlungen wegen Arthrose in Westfalen-Lippe steigen weiter

Vor allem Frauen von Gelenkverschleiß betroffen

Dortmund, 10. April 2025

In Nordrhein-Westfalen ist die Zahl der Krankenhausbehandlungen wegen Arthrose weiter gestiegen. Das geht aus einer Auswertung der AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Statistischen Bundesamtes hervor. Danach wurden im Jahr 2023 insgesamt 86.053 gesetzlich Krankenversicherte wegen Coxarthrose am Hüftgelenk und Gonarthrose am Kniegelenk in Kliniken stationär behandelt. Das sind zehn Prozent mehr als noch ein Jahr zuvor (78.552) und 26 Prozent mehr als in 2021 (68.290). „Arthrose ist nicht heilbar, allerdings lassen sich die Symptome lindern. Betroffene sollten vor allem aktiv und in Bewegung bleiben. Außerdem kann der Krankheitsverlauf mit konservativer, ambulanter Therapie sowie medikamentöser Behandlung positiv beeinflusst werden“, sagt AOK-Vorstandsvorsitzender Tom Ackermann.

Arthrose in Knie- oder Hüftgelenk

Arthrose zählt zu den häufigsten chronischen Krankheiten. Allein in Westfalen-Lippe waren 2023 insgesamt 758.500 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 Westfalen-Lippe hochrechnet. Danach wurde bei 246.400 Menschen in Westfalen-Lippe die sogenannte Coxarthrose, eine Gelenkerkrankung am Hüftgelenk, und bei 512.100 eine Gonarthrose am Kniegelenk diagnostiziert. Über 60 Prozent der Betroffenen waren Frauen. Insgesamt waren wegen Coxarthrose

146.200 Frauen und 100.200 Männer in ärztlicher Behandlung. Bei der Gonarthrose waren es 329.600 Frauen und 182.500 Männer.

Symptome von Arthrose

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.

Effektive Therapie: Bewegung und gezielter Muskelaufbau helfen

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. „So können Schmerzen nachhaltig gelindert und ein Gelenkersatz als letzter Ausweg hinausgeschoben oder sogar vermieden werden“, so Ackermann. 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.