

# Einleitung

1.1 Der Ellenbogen – 2

1.2 Ursachen für Ellenbogenbeschwerden – 2

## 1.1 Der Ellenbogen

Ebenso häufig wie am Schulter- und Handgelenk treten orthopädische und traumatische Probleme im Bereich des Ellenbogengelenkes auf.

Da Ellenbogenpatienten mitunter schwer zu behandeln sind, stoßen Therapeuten in manchen Fällen an ihre Grenzen. Tatsächlich kann man sagen, dass der Ellenbogen sehr sensibel mit Schmerzen und/oder Bewegungseinschränkung auf ein »Zuviel« an Therapie reagiert oder auf zu wenige oder zu vorsichtige Therapie gar keine Reaktion zeigt. Die Anzahl der Untersuchungen und bekannten Fakten über die Diagnostik und Therapie des Ellenbogens, vor allem im Bereich der Physiotherapie, sind rar gesät, sodass nur wenig Literatur über dieses Thema zu finden ist.

Genau das hat mich motiviert, dieses Buch zu schreiben und die Grundlagen der Anatomie, der Biomechanik und vor allem die klinische Untersuchung und Diagnostik, welche die Basis für die daraus resultierende Therapie ist, zusammenzufassen. Ziel dieses Buches ist es nicht, fertige »Kochrezepte« anzubieten, sondern bestehende Fakten und Erkenntnisse darzustellen, mögliche Konsequenzen aufzuzeigen, Erfahrungen weiterzugeben, Anregungen und Ideen zu geben, aber auch Fragen aufzuwerfen.

Da einzelne Pathologien und die dazugehörigen klinischen Bilder wichtig sind, um diese im Alltag erkennen und diagnostizieren zu können, habe ich mich bemüht, die für den orthopädischen Bereich wichtigsten Krankheitsbilder mit ihren klinischen Bildern, speziellen Tests und Besonderheiten aufzuzeigen. Trotz einiger für das Verständnis notwendiger theoretischer Ausführungen steht der Bezug zur Praxis im Vordergrund.

## 1.2 Ursachen für Ellenbogenbeschwerden

Der Ellenbogen ist nach dem Schultergelenk das Gelenk, das am häufigsten luxiert, sodass das Thema **Instabilität** sicher keine unwichtige Rolle spielt.

Bedingt durch die Kongruenz der Gelenkflächen kann es schon bei geringen Gelenkaffektionen schnell zu einer relativ großen **Einschränkung der Beweglichkeit** kommen.

### **i** Tipp

Klagt ein Patient über Schmerzen im Bereich des Ellenbogens und deutet die Anamnese auf eine lokale Ursache hin, ist es sinnvoll, **direkt mit der Untersuchung des Ellenbogens zu beginnen**. Das bedeutet nicht, andere beeinflussende Faktoren aus anderen Regionen außer Acht zu lassen. Im Gegensatz zu Beschwerden im Bereich des Schultergelenks ist die Wahrscheinlichkeit, dass es sich bei lokalen Beschwerden im Bereich des Ellenbogens um übertragene Schmerzen (»referred pain«) handelt, jedoch eher als gering einzustufen.

**Affektionen des Ellenbogengelenkes strahlen bis auf wenige Ausnahmen nicht nach proximal oder distal aus.** Besteht trotz dem Unsicherheit darüber, ob die Beschwerden tatsächlich direkt vom Ellenbogen kommen, muss auch proximal oder distal davon untersucht werden. Die Anamnese ist dabei in vielen Fällen die wichtigste Orientierungshilfe.

Trotz der häufig lokalen Ursache ist es oft nicht einfach, klinisch eine klare Diagnose zu stellen und die zur Entstehung dieser Beschwerden evtl. beitragenden Zusatzfaktoren zu identifizieren.

In **Übersicht 1.1** sind die möglichen Ursachen für Beschwerden im Bereich des Ellenbogens zusammengefasst. Diese Aufstellung beinhaltet gleichzeitig die wichtigsten Pathologien, die in diesem Buch besprochen werden.

### Übersicht 1.1

Mögliche Ursachen für Beschwerden im Bereich des Ellenbogengelenkes

#### Mediale Schmerzursachen

- Epicondylitis medialis (Golferellenbogen)
- Affektionen des M. pronator teres
- Abrissfraktur des Epicondylus medialis
- Beginnende (traumatische) Kapsulitis
- Kompression des N. ulnaris
- Affektionen des Lig. collaterale mediale/mediale Instabilität
- »Referred Pain« aus der BWS oder der oberen Thoraxapertur (»Thoracic outlet«-Kompressionssyndrom)
- Frakturen

#### Laterale Schmerzursachen

- Epicondylitis lateralis (Tennisellenbogen)
- Abriss der Extensoren der Hand



- Affektionen des Lig. collaterale laterale/laterale Instabilität
- Osteochondrosis dissecans
- Corpus librum/Einklemmungssymptomatik
- Affektionen des Humeroradialgelenkes
- Kompression des N. radialis
- »Referred Pain« aus der HWS oder der Schulter
- Frakturen

#### Dorsale Schmerzursachen

- Affektionen des M. triceps brachii
- Bursitis olecrani
- Frakturen
- Einklemmungssymptomatik

#### Ventrale Schmerzursachen

- Affektionen des M. biceps brachii
- Affektionen des M. brachialis
- Kompression des N. medianus
- Corpus librum/Einklemmungssymptomatik