



4

Muskeln

und deren Sehnen gibt es in der Rotatorenmanschette. Sie umhüllt, stabilisiert und bewegt das menschliche Schultergelenk.

Unser
Experte



Prof. Dr. Andreas Lenich

Move MVZ Orthopädie am Stiglmaierplatz
ZEST-Zentrum für Ellenbogen-
und Schultertherapie, Nymphenburger Str. 1
80355 München, Telefon: 089 / 52 13 10
E-Mail: praxis@orthopaedie-stiglmaierplatz.de
www.orthopaedie-stiglmaierplatz.de

► Hilfe bei Schulterschmerzen

Schmerzen in der Schulter können Kraft und Beweglichkeit stark beeinträchtigen. Hier hilft Prof. Dr. Andreas Lenich in seinem Zentrum für Ellenbogen & Schultertherapie ZEST am Stiglmaierplatz. Der Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie ist auf Schulter- und Ellenbogentherapie spezialisiert – von konservativer Behandlung bis zum Gelenkersatz mit modernen OP-Techniken. Auch komplexe Prothesenwechsel gehören zu seinem Repertoire. Seine Expertise hat Prof. Lenich als Oberarzt der Sportorthopädie des TUM-Klinikums sowie als Chefarzt im Helios Klinikum München West weiterentwickelt. Seit 2020 praktiziert er in der Praxis Orthopädie am Stiglmaierplatz und operiert in der Latros-Klinik sowie in der Klinik Josephinum. Seine Praxis gehört zu Ortivity, der größten Vereinigung orthopädisch unfallchirurgischer Versorgungszentren in Deutschland, deren medizinischer Akademie er vorsteht.

► Gelenkerhaltende Therapien

Ziel der Therapie ist, dass die Betroffenen wieder schmerzfrei ihr Leben genießen können – im besten Fall ohne oder nur mit einer kleinen OP, um das geschädigte Gelenk so lange wie möglich zu erhalten. Um den Selbstheilungsprozess nicht zu stören, verzichtet Prof. Lenich auf Kortison. Sportmedizinische Übungen, Eigenblut oder die Gabe von Blutplasma helfen, die Entzündungsreaktion zu stoppen. „Mit der Plasmatherapie in der nun vierten Generation, die speziell zur Arthrosetherapie entwickelt wurde, kann man dank der Wachstumsfaktoren im Blut das Gleichgewicht im Gelenk für Knorpel und Gelenkkapsel wiederherstellen“, erklärt er und fügt an: „Arthrosetherapie ist zum größten Teil Schmerztherapie durch den Einsatz von Biologika.“

► Ruptur der Bizepssehne

Sehnenveränderungen, die zum Abriss der Bizepssehne führen, entstehen oft durch körperliche Belastungen im Beruf oder Sport. Meist reißt sie an der Schulter, seltener am Ellenbogen. Neben dem Kraftverlust kommt es zu kosmetischen Veränderungen, umgangssprachlich Popeye-Arm genannt. „Bei einem vollständigen Abriss braucht es meist eine OP zur Wiederherstellung von Kraft und Beweglichkeit“, erklärt Prof. Lenich. Die neuen Implantate bestehen aus Fäden und werden durch kleine Löcher im Knochen verankert, dass sie den natürlichen Sehnenansatz nachahmen. Sind Trizeps, Extensoren oder Flexoren verletzt, können Biologika wie Eigenblut die Regeneration ohne OP unterstützen.