Zwei Leseranfragen zur Schambeinentzündung

Was kann der Patient selbst zur Heilung beitragen?

Seit wir das Thema Schambeinentzündung in einem „Nachgefragt" behandelt haben, erreichen uns immer wieder Leseranfragen dazu, die zeigen, wie hartnäckig diese Erkrankung ist und wie schwer ihr offensichtlich beizukommen ist:

Frage von M. B.:
Bei einem meiner Patienten (aktiver Fußballer) wurde vor acht Wochen eine Schambeinentzündung diagnostiziert. Seit zehn Wochen ruhen seine sportlichen Aktivitäten. Eine Therapie mit Ultraschall und Ibuprofen linderte den Schmerz, beseitigte aber das Problem nicht.

- Was könnte noch unternommen werden?
- Bringen erneut Ultraschall und/oder Krankengymnastik etwas?
- Bringt Voltaren lokal etwas, und wie lange wäre dies zu empfehlen?
- Würde eine Therapie mit Ibuprofen oder Ähnlichem etwas nützen, und wie lange kann er den Wirkstoff in welcher Höhe einnehmen?
- Was kann er selber zur raschen Genesung beitragen (Wärme oder Kälte etc.)?
- Gibt es sportliche Aktivitäten, die der Patient ausüben kann oder sogar sollte?

Antwort von Dr. med. Jens Krüger, Berlin:
Ihre Fragen lassen sich hier sicher nicht in vollem Umfang beantworten. Sicher ist, wenn Ihr Patient tatsächlich eine Schambeinentzündung hat und diese nicht sekundär bedingt ist, dann ist die Prognose gut.

Eine Schambeinentzündung heilt in aller Regel nach einer längeren sportlichen Pause ab. Die Länge der notwendigen Pause variiert von Patient zu Patient. Dabei kann es sich um Zeiträume von zwölf Monaten und mehr handeln. Ein prognostischer Faktor, der eine Aussage über die Dauer der Heilung zulässt, ist mir nicht bekannt. Empirisch lässt sich aber sicher sagen, dass jüngere Patienten eine bessere Prognose haben als ältere.

Foto: ATP/Photopress

◄ Krätschen, bis das Schambein streikt.

Krankengymnastik bzw. manuelle Therapie kann sinnvoll sein, wenn es um die Behebung von Störungen im Becken geht, die ursächlich bei der Entstehung der Schambeinentzündung sind. Eine normale Krankengymnastik bzw. physikalische Therapie ist nicht sonderlich hilfreich. Die zusätzliche Gabe von Antiphlogistika kann in bestimmten Phasen sinnvoll sein, sollte jedoch nicht dazu verleiten, unter Schmerzen Sport zu treiben.

Vor jeder Therapie steht auch hier eine genaue Diagnostik der Ursachen einer Schambeinentzündung. Erst wenn die Ursache eingegrenzt wurde, lässt sich eine effiziente Therapie diskutieren. Diese Therapie kann konservativ sein oder eben in manchen Fällen auch operativ.

Seit 13 Jahren Schmerzen

Frage von U. B.:
Eine Patientin leidet seit ca. 1993 an einer Schambeinentzündung. Alle therapeutischen Maßnahmen haben nicht geholfen. 1999 war sie drei Monate arbeitsunfähig. Bis 1999 hat sie trotz der immer wieder auftretenden Schmerzen Langlauf gemacht und ist sehr viel Fahrrad gefahren. Was kann noch unternommen werden, um die Verletzung in den Griff zu bekommen?

Antwort von Dr. med. Jens Krüger, Berlin:
Allein die Dauer der Beschwerden lässt vermuten, dass eine einfache Lösung des Problems nicht möglich ist. Sollte bisher noch keine umfangreiche Diagnostik durchgeführt worden sein, empfehle ich zunächst eine Standardröntgenuntersuchung des Beckens im Stehen, Röntgenuntersuchung der Hüftgelenke und wenn ein Anhalt für eine Instabilität der Symphyse besteht, eine sogenannte Flamingoview-Aufnahme. Hilfreich ist bei länger anhaltenden Beschwerden eine Szintigrafie des Beckens und eine Blutentnahme zum Ausschluss entzündlicher Erkrankungen. Bevor eine Therapie durchgeführt wird, sollte die Ursache der Beschwerden geklärt werden. Eine primäre Schambeinentzündung erscheint mir zumindest als unwahrscheinlich. Möglicherweise ist die im MRT nachgewiesene Entzündung bzw. das Ödem ein sekundäres Phänomen.

▪ Dr. med. Jens Krüger
Facharzt für Chirurgie,
Potsdamer Straße 132
D-10783 Berlin