

Gelenkverletzungen

1) Allgemeines

Knochen werden durch Gelenke beweglich verbunden. Die Flächen der Knochen, die ein Gelenk bilden, sind mit einer glatten Knorpelschicht versehen. Die Gelenkkapsel hält das Gelenk zusammen. Sie wird durch Bänder zusätzlich verstärkt.

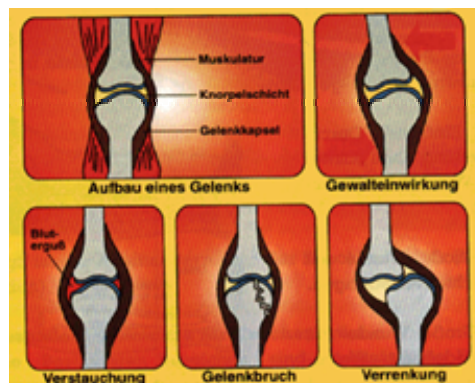
Verstauchung ist eine Gelenksverletzung, bei der die Gelenk bildenden Knochen durch Gewalteinwirkung kurz dauernd gegeneinander verschoben oder verdreht werden, sofort aber in ihre ursprüngliche Stellung zurückkehren.

Bei diesem Vorgang kommt es naturgemäß zur Zerrung und Dehnung der Gelenkkapsel und Bänder sowie der umliegenden Muskulatur. Eine Zerreißung von Gewebe und Blutgefäßen bewirkt als Folge Schwellung, Bluterguss, Beeinträchtigung der Bewegung und Schmerzen. Da das Gelenk intakt geblieben ist, ist eine Bewegung möglich, wenn auch schmerzhaft

2) Erkennen

Verstauchungen erkennen

- Schmerzen, vor allem bei entsprechender Bewegung
- Schwellung
- Blauverfärbung, die oft von einem Bluterguss herrührt



3) Gefahren

Die Gelenkkapsel kann einreißen, es kann aber auch zu einer Zerrung oder zu einem Riss der Bänder kommen.

4) Erste Hilfe

- im Zweifelsfall sollte immer der Arzt aufgesucht werden
- ist dies nicht möglich sollte die Notruf 112 bzw. 19222 angerufen werden
- Hochlagern und Ruhigstellen
- kalte Umschläge

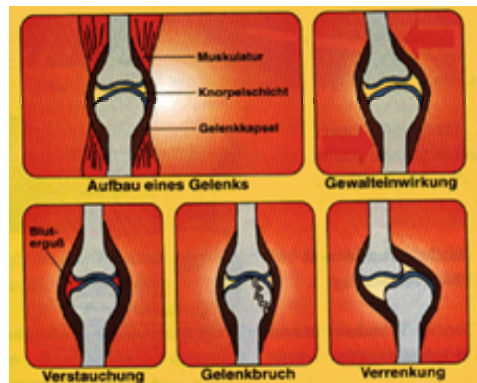
Verrenkung ist eine Gelenksverletzung, bei der die Gelenk bildenden Knochen durch Gewalteinwirkung ihren Zusammenhalt verlieren, d. h., der Gelenkkopf wird aus der Gelenkpfanne herausgerissen bzw. hinausgestoßen und bleibt in einer abnormen Stellung fixiert.

Die Gelenkpfanne ist leer, das Gelenk ist nicht mehr funktionstüchtig, eine Bewegung daher auch nicht mehr möglich

5) Erkennen

Verrenkungen erkennen

- Schmerzen
- Bewegungsunfähigkeit
- abnorme Stellung



6) Gefahren

Überdehnung oder Zerreißen der Gelenkkapsel und der Bänder.

Durch unsachgemäße Manipulation können zusätzliche Verletzungen (Gelenkbruch) verursacht werden. Bei Schultergelenk- und Kniegelenkverrenkungen kommt es häufig zu wiederauftretenden Verrenkungen. Diese sogenannten habituellen Luxationen entstehen bei jungen Sportlern, deren Gelenk durch Vererbung so verändert ist, dass es leicht auskugelt, oder eine vorherige Luxation wurde nicht ausreichend behandelt, oder die Bänder oder der Kapselapparat sind durch Überbeanspruchung "ausgeleiert". Umgangssprachlich wird das deshalb auch oft als "Schlottergelenk" bezeichnet. Bei diesen Menschen können schon leichte Bewegungen, z. B. Händeschütteln, zu einer erneuten Auskugelung führen. Sie sind deshalb in ihrer Leistungsfähigkeit eingeschränkt.

7) Erste Hilfe

- Kein Bewegungsversuch
- Kein Einrenkungsversuch
- vorsichtiges Ruhigstellen in der vorgefundenen Stellung
- Notruf 112 bzw. 19222

Um nicht durch unsachgemäße Manipulation zusätzliche Verletzungen zu verursachen (Verrenkungsbruch), dürfen vom Ersthelfer niemals Einrenkversuche vorgenommen werden!