

## Was muss ich bei einer orthopädischen Behandlung beachten?

- Denken Sie vor invasiven Maßnahmen, Spritzen gegen Schmerzen und gegebenenfalls auch Physiotherapie oder anderen Untersuchungen an Ihre Faktorinjektion, um den Gerinnungsfaktorspiegel anzuheben und damit ausreichend geschützt zu sein.
- Lassen Sie sich einen speziellen, auf Ihre Bedürfnisse angepassten Behandlungsplan erstellen (medikamentös/krankengymnastisch).
- Wenden Sie sich für die Behandlung an speziell geschulte Physiotherapeuten. Adressen finden Sie hier: [haemcare.de/physiotherapeuten-finden](https://haemcare.de/physiotherapeuten-finden)
- Fragen Sie Ihren Orthopäden oder Hämophilie-Behandler nach einer für Sie geeigneten Reha- oder Kurklinik.

**Merke:** Ohne Eigeninitiative kann die beste Therapie nicht richtig wirken.



**Für weitergehende Fragen wenden Sie sich bitte an einen erfahrenen Orthopäden oder direkt an ein Hämophiliezentrum.**

### Weitere Informationen und Adressen hierzu erhalten Sie auf folgenden Websites:

- **dhg.de** – Deutsche Hämophiliegesellschaft (DHG)
- **igh.info** – Interessengemeinschaft Hämophiler e. V.
- **haemcare.de** – Wissen, Tipps und Inspirationen für Menschen mit Hämophilie (mit PhysioFinder: [haemcare.de/physiotherapeuten-finden](https://haemcare.de/physiotherapeuten-finden))
- **haemtravel.de** – Hämophiliezentren weltweit in der App HaemTravel™
- **haemactive.de** – die Fitness-App für Menschen mit Hämophilie

### Mit freundlicher Unterstützung von

PD Dr. med. Andreas Strauß  
Klinik und Poliklinik für Orthopädie und Unfallchirurgie,  
Universitätsklinikum Bonn

Prof. Dr. med. Johannes Oldenburg, Dr. med. Georg Goldmann  
Institut für Experimentelle Hämatologie und  
Transfusionsmedizin, Universitätsklinikum Bonn

Novo Nordisk Pharma GmbH  
Brucknerstraße 1  
55127 Mainz

Changing Haemophilia® ist eine eingetragene Marke der Novo Nordisk Health Care AG und der Apis-Stier ist eine eingetragene Marke von Novo Nordisk A/S.  
© 2021 Novo Nordisk Health Care AG, Zürich, Schweiz  
Art.-Nr. 709878 (08/2021) DE21CH00072 Druck: 08/2021

changing  
haemophilia®



## Orthopädie mal ganz einfach!

### Möglichkeiten der Orthopädie in der Hämophilie



changing  
haemophilia®



## Warum ist der Orthopäde so wichtig?

Bei einem Gerinnungsfaktormangel kann es zu spontanen Blutungen in Muskeln und Gelenken kommen. Vor allem die Ellenbogen-, Knie- und Sprunggelenke sind beteiligt. Blut in den Gelenken führt über eine Entzündungsreaktion zum frühzeitigen Verschleiß des Gelenks, der sogenannten hämophilen Arthropathie mit eingeschränkter Beweglichkeit und Schmerzen.

Früher hatten Patienten mit einer schweren Hämophilie oft schon in jungen Jahren betroffene Gelenke. Durch moderne Vorsorge und Behandlung wie z.B. einer verbesserten Gerinnungsfaktortherapie kann dies heutzutage häufig verhindert werden. Dabei ist vor allem die Prävention von Blutungen bzw. im Fall einer Blutung die schnellstmögliche Erkennung und Behandlung wichtig.

Deshalb ist die Untersuchung durch einen erfahrenen Orthopäden mit Einleitung der notwendigen Diagnostik wie Ultraschall, Röntgen, MRT, Szintigraphie und der richtigen Therapie wichtig.

### Aufgaben der Orthopädie in der Hämophilie

- Prävention von Blutungen und Gelenkverschleiß
- Funktionserhalt der Gelenke
- Linderung von Beschwerden im Bewegungsapparat

## Wann sollte ich überhaupt zum Orthopäden gehen?

Natürlich sollten alle Patienten mit einer Hämophilie bei Beschwerden am Bewegungsapparat zum Orthopäden gehen. **Aber auch Hämophilie-Patienten ohne Beschwerden sollten regelmäßig den Orthopäden aufsuchen, um frühzeitig mögliche Veränderungen des Bewegungsapparates zu erkennen und zu behandeln.**

### Sollten auch Kinder regelmäßig zum Orthopäden gehen?

Auch Kinder können von Veränderungen des Bewegungsapparates betroffen sein. Besonders im Wachstum ist es wichtig, Veränderungen früh zu erkennen, um Spätfolgen zu vermeiden.

**Achtung:** Auch wenn ein Patient keine Beschwerden hat, können frühe Veränderungen der Gelenke bestehen. Um ein Fortschreiten zu verhindern, sollte regelmäßig ein Orthopäde aufgesucht werden. Dies kann z.B. im Rahmen des Besuchs im Hämophiliezentrum erfolgen.

### Was ist bei Unfällen?

Insbesondere bei Unfällen sollte ein Hämophilie-erfahrener Orthopäde hinzugezogen werden, da gerade die enge Zusammenarbeit mit dem Hämophilie-Behandler in diesem Falle sehr wichtig ist (Gerinnungsfaktorgabe!).

## Warum sollte ich in einer speziellen orthopädischen Klinik behandelt werden?

Aufgrund der Komplexität und der Seltenheit der Erkrankung empfiehlt es sich, in einem Hämophiliezentrum mit angeschlossener Orthopädie vorstellig zu werden. In solchen spezialisierten Zentren gibt es ein Team aus Gerinnungsärzten, Orthopäden und Physiotherapeuten für die Behandlung von Patienten mit Blutgerinnungsstörungen mit den entsprechenden personellen und apparativen Voraussetzungen für dieses komplizierte Krankheitsbild.



Wie bleibe ich schmerzfrei?

Wo können Probleme entstehen?

Welcher Sport passt zu mir?

Warum tun mir auch andere Körperteile weh?

Was darf ich mit meinem neuen Gelenk alles machen?

Was kann ich tun, wenn es nicht mehr rund läuft?

## Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

- **Hilfsmittel** wie Schuheinlagen und Orthesen verbessern bzw. vereinfachen Bewegungsabläufe und können durch eine Stabilisierung gleichzeitig zu einer Reduktion von Schmerzen mit einer besseren Belastbarkeit führen.
- **Physiotherapie** hilft die Beweglichkeit zu erhalten oder sogar zu verbessern, ohne dass es zu neuen Schäden durch die Belastung kommt. Im Rahmen der Physiotherapie wird an individuellen Problemen des Bewegungsapparates gearbeitet und Konzepte für eigenständiges Training erstellt.
- **Medikamentöse Therapie:** Neben den Gerinnungsfaktoren können antientzündliche Schmerzmittel helfen, Schmerzen zu verringern und die Entzündung zu reduzieren.
- **Injektionen:** In akuten Schmerz- oder Entzündungssituationen kann durch das Einspritzen von Kortison und Schmerzmittel in ein Gelenk eine Entzündung gestoppt und Schmerzen reduziert werden.
- **Radiosynoviorthese (RSO):** Wenn die entzündete Gelenkschleimhaut durch Faktorsubstitution nicht ausreichend zu behandeln ist, kann versucht werden, durch die Injektion eines radioaktiven Stoffes die Entzündung zu beenden. Auf diese Weise werden längerfristige Schäden des Gelenkes reduziert.
- **Gelenkerhaltende Operationen** sollen Gelenkschäden verringern oder beseitigen, ohne dass das Gelenk künstlich ersetzt wird. Hierbei kann z. B. die entzündete Gelenkschleimhaut abgetragen, geschädigte Gelenkteile entfernt oder repariert und eine Verbesserung der Beweglichkeit bzw. Reduktion der Schmerzen erzielt werden.
- **Gelenkersetze Operation:** Wenn Schmerzen oder Gelenksteife durch oben genannte Maßnahmen nicht in den Griff zu bekommen sind, kann eine Gelenkprothese helfen.