



Handgelenkganglion (Weiches Überbein am Handgelenk)



**Behandlung eines
schmerzhaften Ganglions**



Was ist ein Handgelenkganglion?

Unter einem Ganglion versteht man eine mit Flüssigkeit gefüllte Zyste, welche sich im Zusammenhang mit einem Gelenk oder einer Sehnenscheide gebildet hat.

Das Ganglion äussert sich am Körper als elastische bis harte Schwellung, die im Volksmund auch «Überbein» genannt wird (Abb 1).

Das Ganglion ist eine der häufigsten Ursachen für eine Schwellung im Hand- und Handgelenkbereich. Auslöser für die Bildung eines solchen Ganglions ist ein gewisser Abnützungs- und Überlastungsprozess im Bereich der Gelenkbänder oder der Sehnenscheiden.

Die Bänder und Sehnen sind Schwachstellen, an denen sich die mit Schleimhaut ausgekleidete Gelenkkapsel als Ventilmechanismus auszustülpen und mit eingedickter Handgelenkflüssigkeit zu füllen beginnt. Dieser Mechanismus erklärt, weshalb Ganglien an Grösse zu- und abnehmen können. Die Schmerzen entstehen durch mechanische Beeinträchtigung der Gelenkfunktion.

Ganglien treten am häufigsten am Handrücken auf. Der überwiegende Teil dieser Handgelenkganglien hat seinen Ursprung in der Bandverbindung zwischen Kahn- und Mondbein. Dies sind Knochen der ersten Handwurzelreihe (Abb. 2 und 3).

Seltener kommen auch Ganglien auf der daumenseitigen Beugeseite des Handgelenks oder im Verlauf der Beuge-Sehnenscheiden an der Hand vor. In ganz seltenen Fällen kann einmal ein Ganglion nach innen gegen den Knochen einwachsen (Abb. 4).

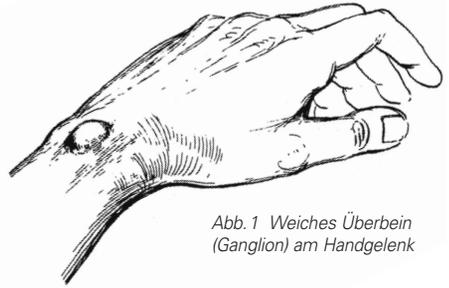


Abb. 1 Weiches Überbein (Ganglion) am Handgelenk

Abb. 2 Ganglion, mit Ursprung zwischen Kahn- und Mondbein.

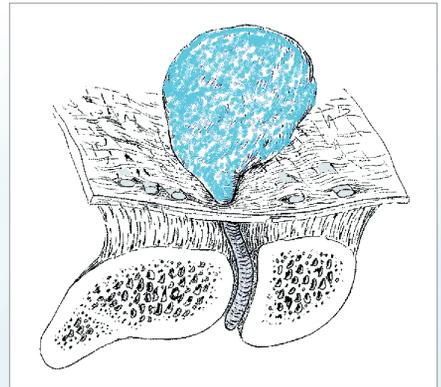
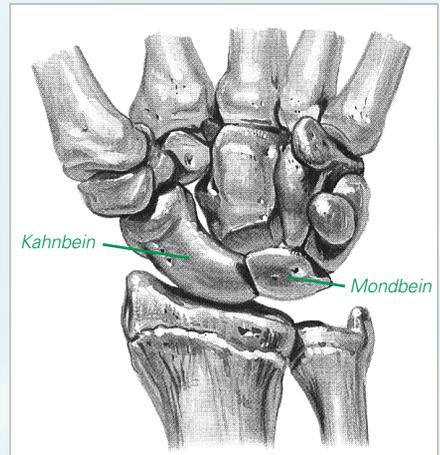


Abb. 3 Die knöchernerne Handwurzel.



Was sind typische Symptome eines Ganglions?

Ganglien verursachen mechanische Gelenkschmerzen und können auch kosmetisch störend sein. Auffallend ist meist ein dumpfer Schmerz in der Nähe der Zyste, gelegentlich kann es zu brennenden Schmerzen kommen. Schmerzen können auch entstehen, wenn die Zyste noch nicht sichtbar oder tastbar ist. In diesen Fällen spricht man von versteckten (okkulten) Ganglien. Die Ganglionzysten können sich in ihrer Grösse verändern und teilweise ganz verschwinden.

Wie diagnostiziert man ein Ganglion?

In den meisten Fällen lässt sich ein Ganglion diagnostizieren, indem man den Patienten eingehend nach dessen Beschwerden und Symptomen befragt oder wenn die für ein Ganglion typische Vorwölbung erkennbar ist. Bei einem entsprechenden Verdacht versucht man, das Ganglion bildgebend darzustellen. Die Sonographie ist hierfür das geeignetste Verfahren, welches allerdings einen erfahrenen Untersucher voraussetzt. Eine Magnetresonananz-Untersuchung (MRI) wird meist nur in nicht ganz klaren Situationen beigezogen. Eine

Röntgenaufnahme der Hand bzw. des Handgelenkes kann in unklaren Fällen nötig sein, beispielsweise um sich Gewissheit zu verschaffen, ob ein Ganglionwachstum in den Knochen (intraossäres Ganglion) vorliegt.

Was passiert, wenn ein Ganglion nicht operiert wird?

In der Regel nichts. Die Notwendigkeit einer Behandlung richtet sich nach den Symptomen. Wie bereits erwähnt, zeigen Ganglien eine relativ hohe Selbstheilungsrate. Daher drängt sich ein operatives Vorgehen im Anfangsstadium nicht auf. In seltenen Fällen können Ganglien auf Grund ihrer Grösse eine Kompression eines Nervs verursachen. Eine lang andauernde Kompression kann eine irreversible Nervenschädigung zur Folge haben. Daher sollte in diesem Fall der Nerv entlastet werden, indem das Ganglion entfernt wird. Im Falle einer Knochenbeteiligung müssen Befund und Ganglionwachstum kontrolliert werden, um eine Schädigung des Knochens zu vermeiden. Am Anfang einer Ganglion-Behandlung steht in der Regel eine Spritzentherapie mit einem lokal wirkenden Kortison-Präparat. Damit kann einem Teil der Patienten bereits geholfen werden.

Was wird beim Ganglion operiert?

Wenn die bereits erwähnten Therapie-massnahmen nichts fruchten und die Beschwerden weiterhin bestehen, muss eine operative Behandlung in Betracht gezogen werden.

Die am meisten Erfolg versprechende Behandlung ist die chirurgische Entfernung des Ganglions. Da das Ganglion tief im Inneren des Handgelenks entsteht, muss bei einer solchen Operation nicht nur der Zystensack entfernt werden, sondern auch der Ganglionstiel, der

Abb. 4 Ganglion mit Wachstum in den Knochen.

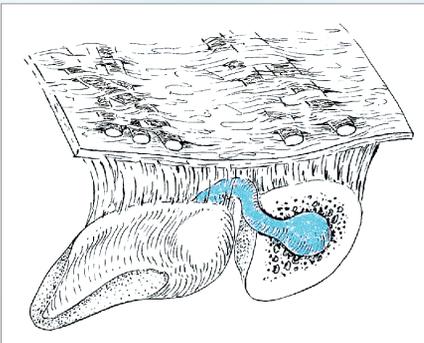




Abb. 5 Stabilisierende Schienene nach einem Eingriff

die Zyste mit Flüssigkeit ernährt. Dies verhindert mit hoher Wahrscheinlichkeit, dass das Ganglion sich erneut bildet.

Wie sieht die Nachbehandlung aus?

Grundsätzlich muss das Handgelenk nach einer Ganglion-Entfernung sofort wieder bewegt und im Rahmen des Zulässigen belastet werden. Wird ein dorsales Handgelenkganglion entfernt, bilden sich Narben, welche beim Beugen des Handgelenks Probleme verursachen können. Daher empfiehlt es sich, das Handgelenk auf einer Handgelenkschiene in leichter Beugstellung für einige Zeit ruhig zu stellen und das

Handgelenk aus dieser Schiene heraus zu bewegen (Abb. 5). Eine zusätzlich ambulante Ergotherapie ist in den meisten Fällen sinnvoll.

Wie gross sind die Erfolgschancen einer Operation?

Es ist grundsätzlich möglich, dass sich ein Ganglion erneut bildet, nachdem es zuvor operativ entfernt worden ist. Bei der hier beschriebenen Operationstechnik ist dies jedoch äusserst selten. In wenigen Fällen muss damit gerechnet werden, dass die Beweglichkeit am Handgelenk leicht eingeschränkt ist. Der Grund liegt darin, dass sich das Narbengewebe nach Eröffnung der Gelenkkapsel verhärtet kann (Kapsel fibrose). In solchen Fällen sollte versucht werden, unter ambulanter Ergotherapie das Narbengewebe zu dehnen. Insgesamt muss dann mit einer etwas eingeschränkten Handgelenkbeweglichkeit von mehreren Wochen gerechnet werden.

Autoren:
Das Handchirurgie-Team
Fotos:
Schulthess Klinik

© Schulthess Klinik 2009
13008.0109.0800

Wichtig: Diese Informationen sind lediglich eine Ergänzung zum Gespräch mit dem Arzt und zum persönlichen Behandlungsplan. Beachten Sie auch weitere Hinweise zu Komplikationen und Nebenwirkungen auf dem Aufklärungsbogen und dem Einwilligungsbogen.



Orthopädie Obere Extremitäten und Handchirurgie

Lengghalde 2, 8008 Zürich
Telefon +41 44 385 74 81
Fax +41 44 385 75 91
E-Mail: handchirurgie@kws.ch
www.schulthess-klinik.ch