

# Muskelverletzungen: Therapie fast immer konservativ



Dr. med. Raymond Best

Ob vermeintlicher Muskelkater, Zerrung, Faserriss oder gar Bündelverletzung – die meisten von uns kennen muskuläre Beschwerden aus eigener Erfahrung, denn Muskelverletzungen zählen sowohl im Breitensport als auch im Leistungssport zu den häufigsten Verletzungen des Bewegungsapparats überhaupt.

Durch die folgerichtiger notwendige Ausfallzeit stellt sie für die meist sportlich ambitionierten Patienten einen „Rückschlag“ dar, der in punkto Symptome, Belastbarkeit und Wiederkehr in den Sport subjektiv kaum einzuschätzen ist. Der verständliche Wunsch, schnell „wieder fit zu sein“ – gepaart mit in den Medien kommunizierten, teilweise ambitionierten Ausfallzeiten im Spitzensport – führt dabei oft zu Erwartungshaltungen, die den betreuenden Arzt und Physiotherapeuten von Beginn an vor Herausforderungen stellt.

In den meisten Fällen sind die unteren Extremitäten von der Verletzung betroffen, wobei im Besonderen die hintere Oberschenkelmuskulatur von der leichten Überlastung bis hin zum Muskelriss die häufigsten Schädigungen erfährt.

Mit der richtigen klinischen und gegebenenfalls bildgebenden Diagnostik lässt sich die überwiegende Anzahl muskulärer Schäden jedoch gut einschätzen, graduieren, konservativ behandeln und bezüglich einer notwendigen sportlichen Karenz verlässlich prognostizieren. Nur in den seltensten 0,2 Prozent

aller Fälle ist eine muskuläre Verletzung im Sport so schwer, dass sie einer operativen Versorgung bedarf.

Ziel dieses Themenhefts war es daher, vor allem eine aktuelle Übersicht zur Vorbeugung, Einschätzung, Diagnostik und Therapie von Muskelverletzungen zu erstellen, die die Differenzierung der im praktischen Alltag oft verallgemeinernd getroffene Beurteilung „Muskelverletzung“ vereinfachen soll.

Nicht zuletzt darf ich mich daher für die aktive Mitarbeit der Autoren an diesem Themenheft „Muskelverletzungen“ herzlich bedanken. Das Zusammentragen von Erfahrungen und Know-How aus dem Spitzensport erlaubt einen Wissen- und Erfahrungstransfer, der sich in solchen pragmatisch orientierten Themenheften widerspiegelt.

Mit den besten Wünschen für ein gesundes und zufriedenes 2017, sowie nicht zuletzt ein aktives und Muskelverletzungsfreies Jahr,

Ihr

Dr. med. Raymond Best  
Chefarzt Department Sportorthopädie/Sporttraumatologie  
Untere Extremität  
Sportklinik Stuttgart  
Teamarzt VfB Stuttgart 1893 e.V.