

Geduld und Disziplin sind mitentscheidend

Sport und Medizin Dr. Martin Nolde hilft Sportlern mit Hüftproblemen wieder auf die Beine. In diesem „Nachgefragt“ spricht der ehemals in Dillingen praktizierende Orthopäde über seine Methode – und freut sich über eine Auszeichnung.

VON GÜNTHER HÖDL

Ob Tanzen oder Taekwondo – ohne eleganten Hüftschwung geht beim Sport nur wenig. Voraussetzung dafür ist ein gesunder und funktionierender Bewegungsapparat zwischen Oberschenkel und Wirbelsäule. Machen sich dagegen Verschleißerscheinungen der Hüfte bemerkbar, hilft auch Sportlern und Sportlerinnen oft nur der Gang zum Arzt. Etwa zu Dr. Martin Nolde. Der 66-Jährige ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie. Mit Kernfokus auf den künstlichen Ersatz des Hüftgelenks. Seit 2007 beschäftigt er sich intensiv mit der aus Frankreich stammenden AMIS-Technik für künstliche Hüftgelenke. Früher zusammen mit seinem Kollegen Dr. Jürgen Beck in Dillingen, seit einigen Jahren sehr erfolgreich in München. Auch der Dillinger Kampfsport-Großmeister Heinrich Magosch lag dort schon bei Dr. Nolde auf dem OP-Tisch.

Der Deutsche Allkampf-Bund hat Sie kürzlich für ihre Arbeit mit dem Ehren-Dan ausgezeichnet. Sicherlich war dies eine Freude für Sie?

Dr. Nolde: Diese Ehrung weiß ich sehr zu schätzen, wird sie doch von engagierten Sportlern ausgesprochen, die über Jahre mit konsequentem Einsatz und harter Disziplin an sich gearbeitet haben. Eben diese Disziplin ist in der Heilungsphase auch entscheidend, um ein gutes und nachhaltiges Ergebnis zu erreichen.

Der chirurgische Eingriff an der Hüfte bedeutet für jeden Sportler schließlich einen erheblichen Einschnitt.

Dr. Nolde: Ja, die Sportler werden durch die Operation aus Beruf und Privatleben gerissen, aus Freizeit und Sport. Nach der Operation dauert es oft mehrere Monate, bis der Patient wieder gänzlich in Alltag und Beruf zurückkehrt. Bezüglich der sportlichen Aktivitäten hängt es sehr davon ab, auf welchem Niveau der wieder angestrebte Sport vor der Operation betrieben wurde. Die Sportfähigkeit mit einem künstlichen Hüftgelenk hängt von mehreren Faktoren ab.

Die da wären?

Dr. Nolde: Erstens die sportliche Belastbarkeit und Befähigung des Betroffenen in der wieder angestrebten Sportart. Zweitens der Erhalt aller Muskel- und Sehnenstrukturen durch möglichst schonende OP-Technik. Und drittens die optimale knöcherne Integration der zementfrei implantierten Prothesenkomponenten. Will ein sportbegeisterter Prothesenträger wieder zurück in seinen Sport, darf er eines nicht: ungeduldig sein und zu früh das Training wieder aufnehmen.

Gibt es eine Altersgrenze für Hüft-Operationen bei Sportlern?

Dr. Nolde: Die modernen Endoprothesen werden oft bis ins höhere Alter zementfrei implantiert, da sie ge-



Dr. Martin Nolde zeigt ein künstliches Hüftgelenk, wie er es auch bei Taekwondo-Großmeister Heinrich Magosch schon in zwei Operationen „verbaut“ hat. Foto: Michael Timm



Ehrung für Dr. Martin Nolde durch den Deutschen Allkampf-Bund: (von links) Vizepräsident Reinhold Gruber, Prüfungsreferent Günter Sonner, Präsident Heinrich Magosch, Dr. Nolde, Kampfrichterreferent Erwin Buchner-Scherr, Schatzmeister Wilhelm Mayer. Foto: Thomas Rapp

fahrloser implantiert werden können und mit ihnen bessere Langzeitergebnisse erzielt werden können.

Die von Ihnen praktizierte modernen OP-Techniken verkürzen die Zeit der Rekoneszenz. Wie viel Geduld müssen Operierte aufbringen?

Dr. Nolde: Der Vorteil ist, dass der Knochen direkt Kontakt zur Prothese herstellt und diesen Kontakt laufend aktualisiert, sprich optimal den Anforderungen anpasst. Dieser Einheilungsprozess nimmt – abhängig unter anderem vom Alter und Geschlecht – zwischen drei bis neun Monate in Anspruch und soll möglichst nicht durch zu frühes Krafttraining gestört werden. Vergleichbar ist der knöcherne Integrationsprozess der Hüftprothesen mit dem der Zahnimplantate. Kein Patient käme auf die Idee, wenige Tage nach der Zahnimplantation zum Training der Kaumuskulatur täglich mehrmals ein hartes Stück Brot zu kauen. Bei den Hüftprothesen denken sehr viele Patienten, aber auch viele Operateure, man könne den Einheilungsprozess durch intensives Muskeltraining beschleunigen oder optimieren. Im Gegenteil!

Was kann passieren?

Dr. Nolde: Zu frühes Krafttraining stört die knöcherne Integration insbesondere des Schaftimplantates erheblich und verursacht sogenanntes Stress-Shielding. Das heißt, der Knochen, der im gelenknahen Bereich elastischer ist als im Bereich der Prothesenspitze, schwingt dort um die Prothese. Es bildet sich ein Saum, der sich mit elastischem Bindegewebe füllt und einen direkten knöchernen Kontakt verhindert. So verschenkt der Patient wertvolle Kontaktfläche. Die Prothese ist zwar für den Alltag ausreichend stabil eingewachsen, bei stärkeren Belastungen jedoch treten mehr oder weniger starke Schmerzen im Hüftbereich und im Oberschenkel auf. Späte Reue hilft dann nichts mehr, versäumte Schonung kann nicht mehr nachgeholt werden.

Was entscheidet noch über einen reibungslosen Heilungsprozess?

Dr. Nolde: Die wichtigste Phase des Einheilungsprozesses sind die ersten sechs Wochen nach der Operation, eine Phase, in der hierzulande der Patient im Rahmen einer stationären Rehamaßnahme tägliche Behand-

lung erfährt und häufig selbst auf eine intensive „Aufbautherapie“ drängt. Die Patienten werden an Trainingsgeräten eingewiesen und – insbesondere die Männer – treten dann oft in ein männlich-typisches Konkurrenzverhalten, legen mehr Lasten auf die Geräte als von den Therapeuten vorgegeben. Am Ende der Reha berichten sie dem Operateur ganz stolz, dass sie jeden Tag zwei, drei Stunden trainiert haben, dass aber noch Schmerzen bestehen. Das Röntgenbild bringt dann die Enttäuschung: Die Prothese heilt nicht vollständig ein. Restbeschwerden werden eventuell bei stärkerer Belastung bleiben. Der Patient ist unzufrieden und macht nicht selten dem Operateur Vorwürfe. Dass bei guter OP-Technik, Kooperation von Patient, Operateur und Physiotherapie mit einem guten Aufbau der Nachbehandlung optimale Ergebnisse erreicht werden können, zeigen die eigenen Erfahrungen.

Beschreiben Sie bitte kurz die Vorteile Ihrer Behandlungsmethode.

Dr. Nolde: Mit der AMIS-Technik, einer sehr schonenden OP-Technik, bei der keine Muskeln und Sehnen

durchtrennt werden müssen und insbesondere die motorischen Nerven der Muskulatur nicht gefährdet werden, ist der muskuläre Weichteilapparat der Hüfte sehr schnell wieder in der Lage, die Hüfte zu kontrollieren und auch die feinmotorische Steuerung des Gelenkes zu bewerkstelligen. Dies fördert die Koordination, die wir für sturzfreies Gehen grundsätzlich, für sportliche Aktivitäten aber besonders benötigen. Die knöcherne Einheilung der Prothese hingegen ist weitgehend unabhängig von der Art der OP-Technik. Egal ob von vorne, von der Seite oder von hinten implantiert, der Knochen muss die Prothesen knöchern einmauern.

Wann darf der Patient seinen Sport wieder ausüben?

Dr. Nolde: Erst wenn der eben geschilderte Prozess auch radiologisch erkennbar ist, in der Regel nach mindestens drei Monaten, kann dann nach einem individuell abgestimmten Plan mit der Vorbereitung auf den geliebten Sport begonnen werden. Das beginnt mit Nordic Walking und Schwimmen, Wandern und Radfahren auf niedrigem bis mittlerem Freizeitniveau, dann folgt Gerätetraining mit beschwerdeorientiertem Belastungsaufbau. Bei problemloser Belastungssteigerung und weiter unauffälligem radiologischem Verlauf kann dann gezielt in das Aufbautraining für den angestrebten Sport übergegangen werden. Auch in dieser Phase können noch zu ehrgeizige Sportler den Einheilungsprozess gefährden, wie bekannte Beispiele von ehemaligen Profisportlern in der jüngsten Vergangenheit zeigen.

Und richtig wieder losgelegt werden kann wann?

Dr. Nolde: Läuft alles nach Plan und mit der nötigen Geduld, ist nach neun Monaten in der Regel das Ziel erreicht und der Patient wird wieder in seinem Sport zumindest auf gehobenem Niveau Freude haben. So können Prothesenträger durchaus dann wieder Reiten, Alpinski, Tennis, Mountainbike, Fitnesstraining, Bergsteigen und Klettern, Sporttanz, Schwimmen und Tauchen, Hochseesegeln, Geräteturnen und sogar Taekwondo-Allkampf betreiben. Auch Patienten mit beidseitiger Hüftprothese sind dazu in der Lage.

Gibt es Einschränkungen?

Dr. Nolde: Leistungssport in Sportarten mit hohem Laufpensum sollte auf Wettkampfebene definitiv nicht mehr betrieben werden. In jedem Fall bedarf es auch einer intensiven Nachbetreuung des Sportlers bzw. der Sportlerin in der Aufbauphase und zu Beginn des sportlichen „Comeback“. Mit Sportlern des Allkampfsports und Taekwondo habe ich tatsächlich mit die besten Erfahrungen gemacht, da gerade in diesem Sport Disziplin einen hohen Stellenwert hat. Geduld und Disziplin wird am Ende den engagierten Sportler belohnen.



Taekwondo-Großmeister Heinrich Magosch (links), hier mit Dillingens OB Frank Kunz bei einer Kampfsport-Gala, ist auch nach zwei Hüft-Operationen sportlich voll belastbar. Foto: Aumiller

Mit Schwung aus der neuen Hüfte

Taekwondo-Ikone Heinrich Magosch ist zweimal operiert

Als Taekwondo-Großmeister Heinrich Magosch (9. Dan) vor einigen Jahren Probleme mit der linken Hüfte bekam, bestand für ihn Handlungsbedarf. Ergebnis war eine Operation bei Dr. Martin Nolde in München. Inzwischen ist der heute 67-jährige Kampfsportler auch an der rechten Hüfte operiert – und voll beweglich weiter im Einsatz. „Sport ist ein wichtiger Bestandteil eines gesunden Lebens und der Persönlichkeitsbildung. Er ist aber auch nicht selten Ursache von Gesundheitsschäden wie Verletzungen und Verschleißerkrankungen“, sagt Magosch: „Man kann vieles heilen und überbrücken, aber manchmal geht es dann ohne einen gezielten Eingriff eines Spezialisten nicht mehr“, stellt er fest und macht Leidensgenossen Mut: „Um Menschen die Angst vor solchen OPs zu nehmen, habe ich Dr. Nolde ein Video zur Verfügung gestellt, worauf zu sehen ist, was man mit zwei künstlichen Hüften noch alles machen kann – eigentlich alles.“

Heinrich Magosch: „Ich wuchs in einem Bauernhof auf, da gab es keine Gewichtsbeschränkung für Lasten. Egal ob es 20 oder 100 Kilo waren, es musste bewegt werden. Ich denke, durch solche Dinge gibt es bei vielen Menschen Schädigungen, die heute operiert werden müssen.“ Nach über 40 Jahren täglichen Trainings meldete sich beim Taekwondo-Großmeister zunächst die Hüfte: „Mittlerweile habe ich auch schon eine künstliche Hüfte an der rechten Seite durch Dr. Nolde erhalten. Auch bei großen Sportereignissen wie der deutschen Meisterschaft oder unseren großen Galas für die ‚Kartei der Not‘ bemerkten die Zuschauer nicht, dass ich mit zwei künstlichen Hüftgelenken versorgt bin. Die Kraft und Beweglichkeit haben nicht nachgelassen.“ Sein „Doc“ überzeugte sich übrigens persönlich bei den Veranstaltungen, was sein Patient Magosch noch alles mit einer künstlichen Hüfte erreichen kann. (gil)

Mörslingen bleibt vorne dran, der BCS weiter punktlos

Sportkegeln Der SKK bestätigt in Augsburg seine Favoritenrolle. Spitzenreiter Durach zu stark für Schretzheim

VON BIRGIT ERDMANN UND GÜNTHER HÖDL

Sechs der zehn Herren-Teams in der Kegel-Bayernliga Süd stammen aus Schwaben, zwei davon aus dem Landkreis Dillingen. Die eine Mannschaft (SKK Mörslingen) spielt in dieser Saison als Tabellenzweiter vorne mit, die andere (BC Schretzheim) ist aktuell Schlusslicht. Und der Papierform entsprechend waren auch die Ergebnisse am Wochenende. Die Mörslinger wurden mit dem 6:2-Auswärtssieg (3323:3192) bei MBB-SG Augsburg ihrer Favoritenrolle gerecht. 2:6 verlor dagegen der BCS beim Spitzenreiter in Durach – und bleibt punktlos.

Der SKK schickte wieder sein gewohntes Starter-Duo Bernd Steinbinder/Thorsten Nippert ins Rennen. Beide erledigten ihre Aufgabe mit klaren Satzgewinnen und holten ein 2:0 sowie 61 Kegel Vorsprung heraus. Das Mittel-Dennis Zohner und Thomas Weber tat sich schwer musste auf den letzten Würfeln beide Punkte den Gastgebern überlassen. Nun stand es 2:2 und der Kegelvorsprung hatte sich auf 48 reduziert. Wieder einmal lastete die

Verantwortung auf den beiden Schlussleuten, die damit keine Probleme hatten. Fabian Frank präsentierte sich in seinem 750. Einsatz für den SKK in starker Form und rang seinen Kontrahenten nieder. Am Ende sprang noch ein deutlicher Sieg gegen die Fuggerstädter heraus. Mörslingen verteidigte somit den zweiten Platz in der Tabelle. **Ergebnisse:** Eberlein – Steinbinder 0:1 (0:4/513:546), Stens – Th. Nippert 0:1 (1:3/511:539), Grüßhaber/Lux – Zohner 1:0 (3:1/537:527), Cekovic – Th. Weber 1:0 (1:3/518:515), Dilling – F. Frank 0:1 (2:2/572:591), Mozet – Engel-mayer 0:1 (2:2/541:605)

Mit 0:20 Punkten ist inzwischen das Saisonkonto der Schretzheimer belastet. Die zehnte Niederlage im zehnten Spiel kam für die Nordschwaben nicht unerwartet, schließlich ging die Fahrt diesmal ins Allgäu zum Spitzenreiter Goldener Kranz nach Durach.

In der Startpaarung teilten sich die Kontrahenten die Mannschaftspunkte. Thomas Zschka hatte den schwächsten Duracher, Mario Schmid, gut im Griff und gewann. Benedikt Ruschitzka kegelte zwar nur fünf Holz weniger als sein Mannschaftskollege Zschka, traf aber auf den Tagesbesten Alexander Salzer – und unterlag. In der Mittel-paarung mussten die beiden Schretzheimer die Zähler den Gast-

gebern überlassen. Günther Schimpf tat dies deutlich, Markus Ruschitzka dagegen etwas knapper.

In der Schlusspaarung schob Wilfried Ruschitzka zwar einige Holz weniger als sein Duracher Gegenüber, brachte aber den zweiten Mannschaftspunkt auf die Kleeblatt-Habenseite. Bernd Grauer quitierte eine knappe Duell-Niederlage, womit sich Durach bei 16:8 Satzpunkten den Heimerfolg gesichert hatte.

Ergebnisse: M. Schmid – Th. Zschka 0:1 (478:542), A. Salzer – B. Ruschitzka 1:0 (589:537), M. Baumgartner – G. Schimpf 1:0 (573:515), A. Zammataro – M. Ruschitzka 1:0 (538:524), T. Engel – W. Ruschitzka 0:1 (531:525), J. Schmidt – B. Grauer 1:0 (549:544) Foto: Aumiller

Sportkegeln

BAYERNLIGA, MÄNNER

Augsburg – SKK Mörslingen	2:0;6:0
GK Durach – Schretzheim	6:0;2:0
SV Zuchering – KF Jedesheim	5:0;3:0
Bavaria-Pasing – Puchheim-Gröbenz.	3:0;5:0
Petting-Schongau – BW Hofdorf	1:0;7:0
GK Durach 18:2	Puchheim-Grö. 12:8
Mörslingen 14:4	Petting-Schongau 6:14
KF Jedesheim 14:6	MBB Augsburg 4:14
Hofdorf 14:6	Bavaria Pasing 2:14
Zuchering 12:8	Schretzheim 0:20

BEZIRKSBEREICHE, MÄNNER

Bausch-Holzheim – TSV Betzigau	3:0;5:0
SKC Bachingen – KC Karlshuld	5:0;3:0
Gerlenhofen 12:2	KC Karlshuld 4:6
Landsber/FFB 10:2	ESV Augsburg 4:6
TSV Betzigau 8:6	Bachingen 4:8
Munningen 6:6	Bausch-Holz. 3:13
Kipfenberg II 5:7	

KREISLIGA WEST, MÄNNER

FV Gerlenhofen II – AN Thal II	2:0;4:0
TSV Raiten 12:0	AN Thal II 6:10
Jedesheim II 10:6	Weidenhofen 5:5
Goldburgs 8:4	Gerlenhof. II 4:14
TV Lauingen I 8:8	Vöhringen II 2:10
Bachingen II 7:5	