



Informationsblatt: **Ganglien / Überbeine**

Ganglien sind mit Gelenkschmiere gefüllte Blasen, die sich aus den Gelenkschleimhäuten ausstülpfen. Dies geschieht, wenn das stete Gleichgewicht zwischen „Produktion“ und „Aufnahme“ der Gelenkschleimhaut gestört wird. In aller Regel verursacht durch einen chronischen Reiz, wie Verschleiß, Überlastung o.ä. Da die vermehrte Schmiere nicht ausreichend Platz im Gelenk hat, steigt der Druck im Gelenk an. Dies kann in den Bereichen der Gelenkschleimhaut, die von Natur aus etwas schwächer als ihre Umgebung ausgebildet sind, dazu führen, dass sich kleine Blasen, gefüllt mit Gelenkschmiere, bilden. Diese Blasen werden ab einer bestimmten Größe durch das umgebende scheringitterartige Gewebe abgeschnürt, so dass die Schmiere nicht wieder ins Gelenk zurücklaufen kann und sich eine Art Ventilmechanismus bildet. Dies führt über kurz oder lang zu einer stetigen Größenzunahme der Ganglien, bis sie irgendwann Schmerzen bereiten, und/oder stören.

Eine Sonderform der Ganglien kann auch mal in einen Knochen hineinwachsen. Dies äußert sich leider oft erst dadurch, dass der Knochen so ausgedünnt wird, dass er bricht.

Was kann man tun? In alter Zeit hat man mit dem Hammer darauf geschlagen, damit die Ganglien platzen. Dies tun sie auch manchmal ohne einen Hammer. Da hierbei jedoch in aller Regel der Ventilmechanismus erhalten bleibt, kommt so ein Ganglion immer wieder. Das gleiche gilt für die Punktion, wo man versucht die Schmiere abzusaugen. Somit bleibt als einzige erfolgversprechende Langzeitlösung die operative Entfernung unter Mitentfernung des Ventiles / Ganglionhalses.

Jedoch kann auch in diesen Fällen, wenn auch wesentlich seltener, so ein Ganglion erneut auftreten. Dies betrifft insbesondere die durch fortgeschrittenen Verschleiß entstanden Ganglien der Fingerendgelenke, da hier die Ursache der erhöhten Produktion nicht beseitigt werden kann.