



## 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 Schmiere durch die Gelenkschleimhaut gestört wird. Ursache ist in aller Regel ein chronischer Reiz, wie Verschleiß oder Überlastung. Da die vermehrte Schmiere nicht ausreichend Platz im Gelenk findet, steigt der Druck im Gelenk an. Dies kann in den Bereichen der Gelenkkapsel, 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 scherengitterartige 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 oder stören.

Eine Sonderform der Ganglien kann 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, wenn versucht die Schmiere abzusaugen. Somit bleibt als einzige erfolgversprechende Langzeitlösung die operative Entfernung unter Mitentfernung des Ventiles im Ganglionhals.

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