



Die Behandlung eines Tennisellenbogens erfordert Geduld

Mit der richtigen Therapie lassen sich die Beschwerden aber nach und nach beseitigen

Wer seinen Arm belastet und dabei wiederholt Schmerzen verspürt, könnte unter einem sogenannten Tennisellenbogen oder Golferellenbogen leiden. Die sportorthopädische Praxisklinik Sporthomedic in Köln kann diese Erkrankungen zwar gut mit gezieltem Training, Eis und einer Stoßwellentherapie behandeln. Das erfordert jedoch etwas Geduld.

Nicht nur Tennisspieler und Golfer, die ihre Arme beim Ausführen ihrer Sportart andauernd belasten, können vom sogenannten Tennisellenbogen oder Golferellenbogen betroffen sein. Sondern auch Menschen, die bei ihrer Arbeit am Computer ständig ihren Arm einsetzen, kann ein unangenehmer Schmerz im Arm treffen. Je nachdem, wo der Schmerz auftritt, spricht man entweder von einem sogenannten "Tennisellenbogen" oder von einem "Golferellenbogen". Sind die Sehnenansätze außen überreizt, handelt es sich um einen Tennisellenbogen. Sind sie innen überreizt, liegt ein Golferellenbogen vor.

Patienten, die von einem Tennisellenbogen oder einem Golferellenbogen betroffen sind, klagen zunächst nur bei Belastung über Schmerzen im Ellenbogen und im Unterarm. Im Verlaufe der Erkrankung kann der Schmerz jedoch weiter ausstrahlen, zum Beispiel bis in den Oberarm - oder der Arm kann selbst bei Ruhe wehtun. "Selbst einfachste Tätigkeiten wie Händeschütteln oder das Anheben einer Kaffeetasse werden für die Patienten dann zur Qual", erklärt Prof. Dr. med. Oliver Tobolski, ärztlicher Direktor der sportorthopädischen Praxisklinik Sporthomedic in Köln. "Natürlich hoffen sie besonders vor diesem Hintergrund auf schnelle Hilfe", so Oliver Tobolski. Doch Tennis- und Golferellenbogen sind hartnäckige Erkrankungen, die mit viel Geduld behandelt werden müssen.

Wie lange die Behandlung dauert, hängt dabei von verschiedenen Faktoren ab - unter anderem auch davon, wann die Patienten einen Arzt aufsuchen. Denn grundsätzlich gilt: "Je eher die Patienten mit ihren Beschwerden zu uns kommen, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass wir nur mit konservativen Behandlungsmethoden und ohne eine Operation auskommen", erklärt Oliver Tobolski.

Konservativ behandelt werden Tennis- bzw. Golferellenbogen mit einem Training zum richtigen Dehnen der betroffenen Muskelgruppe, mit einer lokalen Eisbehandlung sowie mit Stoßwellentherapie. Lassen sich die Beschwerden dadurch nicht beseitigen und quälen sich die Patienten dauerhaft mit Schmerzen, kommt aber oft nur noch eine Operation in Frage.

Mehr Details zum Thema sowie zu weiteren Themen wie Knie Köln , Guter Orthopäde Köln , Gelenk Klinik Köln und mehr sind auf <https://www.sporthomedic.de> zu finden.

Pressekontakt

wavepoint GmbH & Co. KG

Frau Maren Tönisen
Josefstraße 10
51377 Leverkusen

<https://wavepoint.de>
info@wavepoint.de

Firmenkontakt

MVZ SPORTHOMEDIC GmbH - Sportorthopädische Praxisklinik Köln

Herr Prof. Dr. med. Oliver Tobolski
Bonner Straße 207
50968 Köln

<https://sporthomedic.de>
info@sporthomedic.de

Bewegung ist Leben und Leben ist Bewegung. Nach diesem Leitbild setzen die spezialisierten Fachärzte von Sporthomedic - der sportorthopädischen Praxisklinik im Kölner Süden - ihre gebündelte Kompetenz dafür ein, Menschen mit Sportverletzungen und orthopädischen Erkrankungen schnell wieder zurück in die Bewegung zu bringen. Diagnosen werden auf höchstem wissenschaftlichem Niveau unter Zuhilfenahme schonendster bildgebender Verfahren gestellt und individuelle Therapien für eine zügige Rehabilitation angewandt. Dabei verbindet Sporthomedic Spitzenmedizin mit menschlicher Zuwendung und stellt durch permanente Weiterbildung jederzeit die beste Behandlung sicher. Die angeschlossene Abteilung Sporthomotion ist durch Bewegungsanalyse, individuelle Trainingsberatung sowie Betreuung von Leistungs- und leistungsorientierten Sportlern das Bindeglied zwischen Prävention und Therapie.