

Meniskusschmerzen: Innen- + Aussenmeniskus, Knieschmerzen. Medizinische Schnellschüsse führen oft zu operativen Eingriffen, **die nicht notwendig wären und nichts bringen.**

Meniskusschmerzen: Innen- und Aussenmeniskus  
Knieschmerzen

Fehldiagnosen führen hier oft zu falschen Behandlungen und Operationen. Der häufig «unterstellte» Ein- oder Anriss liegt meist gar nicht vor, wenn doch hat die Schädigung resp. Verletzung gar nichts mit dem empfundenen Schmerz zu tun.

Sie glauben nicht!

Bei 991 zufällig ausgewählten Personen wurde ein Kernspin gemacht (Studie veröffentlicht: N Engl J Med 2008; 359:1108). Und da findet man ein kaputter Meniskus bei

19 % der Frauen zwischen 50 und 59 Jahren und  
bei 56 % der Männern zwischen 70 und 90 Jahren

die **keine** Kniegelenksbeschwerden hatten. Im Durchschnitt: 61% der Patienten mit einem Meniskuseinriss hatten **keinerlei Probleme**. Und anders herum: Bei Arthrosepatienten **ohne** Beschwerden fand sich in 66% der Fälle ein Meniskuseinriss und bei Arthrosepatienten **mit** Beschwerden fand sich in 63 % ein Meniskuseinriss. Also kein Unterschied. Wobei Arthrose und Meniskuseinriss nicht schmerzt.

Also Sie können sich arthroskopische Eingriffe mit Glätten und Raspeln sparen, die neue Verletzungen auslösen können.

Auch hier spielen die Muskeln nicht korrekt. Sie sind überbeansprucht oder zu wenig beansprucht. Fehlbelastungen, Fehlspannungen lösen die Schmerzen aus. In unserer Schmerzfeitherapie zeigen wir wie Ihnen, wie Sie schmerzfrei werden und bleiben. Vor allem lernen Sie auch das gelenkschonende Gehen, Laufen

und/oder Joggen kennen.

Ein Gelenk, das von gut funktionierenden Muskeln gestützt wird, schmerzt nicht – auch mit Meniskusriss! Studien belegen das, Betroffene wissen es. Nur der Arzt will meistens zu schnell operieren, einmal, zweimal und dann erzählt er Ihnen noch, dass eine weitere Operation bald fällig wird, denn die Arthrose sei auch schon sichtbar.