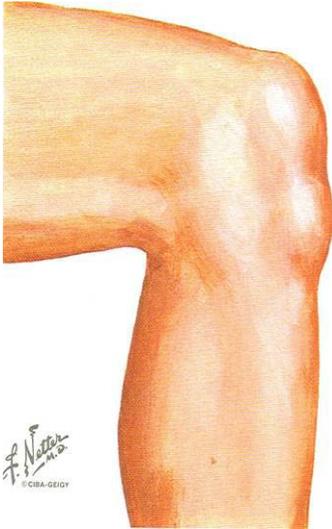


## Patellaspitzensyndrom

Im allgemeinen Sprachgebrauch auch „*Patellasehnen-Entzündung*“ oder international auch „ *jumper´s knee*“ genannt. Es handelt sich um ein **schmerzhafes Überlastungssyndrom im Bereich der unteren Kniescheibe (Patella)**. Dies ist eine Störung der Übergangszone zwischen der elastischen Sehne und dem knöchernen Sehnenansatz an der Kniescheibe, die typischerweise aus dem Ungleichgewicht von mechanischer Aktivität (hohe körperliche Aktivität) und verminderter Belastungsfähigkeit der biologischen Strukturen resultiert. Anfällig sind daher **Jugendliche und Erwachsene mit besonderer sportlicher Aktivität**. Daher tritt das „ *jumper´s knee*“ vor allem in den klassischen Sprungsportarten wie Basketball, Volleyball, Hoch-, Weit- und Dreisprung auf, findet sich aber auch vermehrt beim Gewichtheben, Ballettanz und Radfahren. Während die Erkrankung im Alter unter 15 Jahren nur sehr selten auftritt, findet sich in der Altersgruppe über 15 Jahren eine gleichmäßige Verteilung. Das Geschlechtsverhältnis scheint keinen Einfluss zu haben.



### Symptome:

Lokale Druckschmerzhaftigkeit und Schwellung im Bereich der unteren Kniescheibe und im Verlauf der Patellasehne. Schmerzprovokation durch Beugen des Kniegelenkes gegen Widerstand. Bildgebende Verfahren: **Röntgen** des Kniegelenkes in 2-3 Ebenen, **Ultraschall** (Sonographie) und **Magnetresonanztomographie** (MRT).

### Therapie:

In der Regel ist eine **Reduktion der sportlichen Aktivität für eine begrenzte Zeitdauer** (Schulsportbefreiung, Atteste), sowie das **Tragen einer Kniegelenksbandage** völlig ausreichend. Beseitigung von Überbelastungen im Bereich der Kniegelenke. Weitere Maßnahmen sind lokale **Kälteanwendungen**, **Manualtherapie**, **Iontophorese** oder auch gezielte **Kortikoid-Injektionen**. Begleitende medikamentöse Behandlung (entzündungshemmende Salben) und Gewichtsreduktion.

### Prognose:

Das „ *jumper´s knee*“ heilt fast immer folgenlos aus, chronische Verlaufsformen sind selten. Nur in vereinzelt Fällen ist eine **Operation** notwendig: Entfernung des verdickten Sehnenleitgewebes (sog. Peritendineum) und Exzision des degenerativen Herdes.