



Ihre Diagnose lautet:

Sie wurden betreut von:

Ganglion

Behandlungsvorschlag:

**Sprechstundenzeiten:
Mo - Fr: nach Vereinbarung**

**Ambulante und stationäre Operationen:
Di - Fr: nach Vereinbarung**

**Lubinus Clinicum
Fachabteilung Hand- und Mikrochirurgie
Steenbeker Weg 25
24106 Kiel**

**Kontakt: Tel. 0431-388-209 (Sekretariat)
Email: U.Moritz@lubinus-clinicum.de**





Ganglion

Was ist ein Ganglion? Das Ganglion ist eine der häufigsten Erkrankungen am Handgelenk. Es handelt sich dabei um einen mit Flüssigkeit gefüllten Sack (Zyste), welcher als Ausstülpung einer Gelenkkapsel oder einer Sehnenscheide entsteht. Das Ganglion ist eine gutartige Veränderung und variiert in seiner Größe. Am häufigsten tritt es am Handgelenksrücken auf, kann sich aber grundsätzlich an jedem Gelenk und an jeder Sehnenscheide entwickeln. Je nach Größe und Lage kann es die Beweglichkeit des Gelenkes behindern und durch Druck und Zug Schmerzen auslösen. Große Ganglien stören ästhetisch, weil sie stark vorstehen. Im Bereich der Fingerendgelenke kann es durch erhöhten Druck zu Nagelveränderungen kommen. Kleine, versteckte Ganglien (okkulte Ganglien) können die Ursache von Handgelenksbeschwerden sein.

Ursachen. Es ist letztlich unklar, warum ein Ganglion entsteht. Oft entwickelt es sich nach einem Unfall oder bei Degeneration des Gelenkes. Hier kommt es durch den Abbau des Gelenkknorpels offenbar zu erhöhter Produktion von Gelenkflüssigkeit. Der Druck im Gelenk steigt und führt zu Flüssigkeit-gefüllten Ausstülpungen der Gelenkkapsel. Diese Ausstülpungen werden „Ganglion“ genannt und suchen sich einen Weg an die Oberfläche.

Behandlung. Ganglien verschwinden häufig spontan. Solange keine Beschwerden bestehen, kann deshalb ruhig abgewartet werden. Eine Therapie ist nicht grundsätzlich nötig. Bestehen Schmerzen, kann das Ganglion manchmal durch Ruhigstellung und entzündungshemmende Medikamente (NSAR) zur Abheilung gebracht werden. Häufiger tritt es aber erneut auf macht damit eine chirurgische Entfernung notwendig.

Prognose. In den meisten Fällen kann mit einer vollständigen und schmerzfreien Wiederherstellung der Gelenkfunktion gerechnet werden. Liegt als Ursache für die Ganglionentstehung eine Gelenkdegeneration vor, so liegt die Häufigkeit für eine erneute Ganglionbildung trotz erfolgreicher operativer Entfernung in der Fachliteratur bei ca. 8 - 10%, manchmal bei bis zu 30% (Handgelenkganglien).

Ablauf der operativen Therapie

OP

In der Regel wird die Ganglionentfernung in einer Armbetäubung ambulant vorgenommen. Nach der Entfernung eines Ganglions am Handgelenk wird ca. für 14 Tage eine streckseitige Handgelenkschiene angelegt.

Nachbehandlung

1. Tag:

Verbandwechsel und Entfernung der Drainage in unserer Sprechstunde. Sofort nach OP Beginn mit eigenständigen Bewegungsübungen zur freien Fingerstreckung und zum Faustschluss. Die Hand sollte durchgehend über Herzniveau gehalten werden, um Schwellungen zu vermeiden.

3. - 14. Tag:

Die weitere postoperative Behandlung erfolgt beim Hausarzt, falls erforderlich auch beim Orthopäden oder Chirurgen. Nach 1 - 2 Verbandswechseln erfolgt die Entfernung der Fäden und der Schiene nach 12 - 14 Tagen. Ggf. Verordnung von Krankengymnastik und manueller Lymphdrainage.

6 Wochen:

Nach der Operation sollte die Hand nicht belastet werden (kein Abstützen, Tragen schwerer Gegenstände, konditionelle Tätigkeiten wie längere Arbeiten am PC). In dieser Zeit verheilt die ehemalige „Austrittsstelle“ des Ganglion und verhindert eine erneute Ganglionbildung durch diese „Schwachstelle“. Innerhalb dieser 6 Wochen muss konsequent für eine freie und uneingeschränkte Beweglichkeit der Finger und des Handgelenkes (nach Schienenabnahme) gesorgt werden.