

Sie glauben, dass Sie Kniegelenk-Arthrose (Gonarthrose) haben?

Die folgenden Symptome sind typische Anzeichen von Gonarthrose. Wenn eines dieser Symptome bei Ihnen auftaucht, besteht die Wahrscheinlichkeit, dass Sie Gonarthrose haben. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, um eine richtige Diagnose zu erhalten.

- Sie verspüren seit einigen Wochen Schmerzen oder Schwellungen im Kniegelenk.
- Ihr Kniegelenk ist steif, wenn es einige Stunden nicht bewegt wurde.
- Sie haben Schmerzen beim Treppensteigen oder wenn Sie eine kurze Strecke gehen.
- Sie hören ein Knacken im Kniegelenk.
- Sie spüren ein Knirschen, wenn Sie das Kniegelenk bewegen.
- Sie können das Kniegelenk nicht mehr so weit oder so einfach beugen, wie Sie es bislang gewohnt waren.
- Sie haben Schwierigkeiten mit alltäglichen Bewegungen, wie vom Stuhl aufstehen, aus der Badewanne oder aus dem Auto steigen.
- Beim Sport schmerzt Ihr Knie manchmal so sehr, dass Sie damit aufhören müssen.
- Sie können aufgrund der Schmerzen nachts nicht schlafen.
- Ihr Kniegelenk ist bereits vorgeschädigt – z. B. durch Verletzungen am vorderen Kreuzband oder am Meniskus.

Nützliche Informationen zur Vorbereitung Ihres Arzt-Termins

Es ist empfehlenswert, den Verlauf Ihrer Erkrankung und die Art der Symptome zu dokumentieren, bevor Sie Ihren Arzt konsultieren.

Informationen für Ihren Arzt:

- Wann haben die Schmerzen begonnen?
- Wo und wie oft treten die Schmerzen zurzeit auf?
- Werden die Schmerzen bei bestimmten Aktivitäten stärker oder geringer?
- Wie sah Ihr Lebensstil aus, bevor die Schmerzen begonnen haben?
- Üben Sie eine körperlich belastende Tätigkeit aus?
- Inwiefern beeinträchtigen die Schmerzen Ihr Leben?
- Gibt es frühere Verletzungen an den Kniegelenken bzw. an den Beinen?

Fragen an Ihren Arzt:

- Ist es möglich, dass Gonarthrose die Ursache der Knie-Schmerzen ist?
- Warum schmerzen die Kniegelenke?
- Wie lassen sich die Schmerzen lindern?
- Muss ich spezielle Untersuchungen machen oder sogar operiert werden?
- Sollte ich bestimmte Medikamente nehmen und wenn ja, welche und was können diese bewirken? Haben diese Medikamente Nebenwirkungen?
- Sollte ich meine Aktivitäten und meinen Lebensstil verändern oder bestimmte Aktivitäten nicht mehr ausüben?
- Welche Möglichkeiten gibt es, den Zustand meiner Kniegelenke zu verbessern und die Schmerzen zu lindern?

Össur ist ein weltweit führendes Unternehmen in der Herstellung nicht-invasiver orthopädischer Hilfsmittel. Die Unloader One® sollte durch einen qualifizierten Orthopäden oder Orthopädietechnikermeister angepasst werden. Bei Fragen rufen Sie uns gerne unter **Tel. 02234 – 60 39 102** an oder senden Sie uns eine E-Mail an: **info-deutschland@ossur.com**. Weitere Informationen über Kniegelenk-Arthrose, Behandlungsmöglichkeiten und die Knie-Orthese Unloader One® erhalten Sie unter **www.ossur.de/gonarthrose**.



Life Without Limitations®