

Kalkschulter / Tendinosis calcarea

Krankheitsbild und typische Beschwerden:

Aus unbekanntem Gründen bilden sich in den Sehnen der Rotatorenmanschette der Schulter Kalkinseln, die unbemerkt bleiben können oder ähnliche Schmerzen wie beim Impingementsyndrom, u.a. auch mit Nachtschmerz verursachen können. Meistens löst sich der Kalk ebenfalls aus unbekanntem Gründen nach 2-3 Jahren spontan wieder auf, was seinerseits zu einer starken Schmerzzunahme führen kann. Die Erkrankung tritt typischerweise im Alter zwischen 35 und 55 Jahren auf und kann auch beidseitig vorliegen. Die meisten Patienten beschreiben einen Verlauf über mehrere Monate bis Jahre mit Episoden starker Schmerzen aber auch fast vollständiger Beschwerdefreiheit.

Diagnosestellung:

Die Diagnose wird durch Röntgenbilder gesichert, auf denen der Kalk gut zu erkennen ist (s. Abb. 1).

Behandlung:

Meistens löst sich der Kalk nach ca. 2-3 Jahren von selbst auf. Führt eine konservative Behandlung mit entzündungshemmenden Medikamenten und/oder Infiltrationen unter dem Schulterdach nicht zu einer Beschwerdebesserung, kann versucht werden den Kalk durch eine Stoßwellenbehandlung, ähnlich wie bei der Behandlung von Nierensteinen, zu „zertümmern“. Tritt auch hierdurch keine Beschwerdefreiheit ein, kann der Kalk operativ entfernt werden.

Operation/ Komplikationen/ Nachbehandlung:

Bei der Operation wird arthroskopisch (in Schlüssellochtechnik) der Kalk aus der Sehne entfernt (s. Abb. 2). Komplikationen sind sehr selten. Grundsätzlich möglich sind die Infektion, Wundheilungsstörungen, eine Bewegungseinschränkung sowie der Verbleib von Restkalk bzw. Restbeschwerden. Die Entlassung aus dem Krankenhaus erfolgt am 2. Tag nach der Operation. Nach der Operation sollte eine krankengymnastische Beübung 3 Mal in der Woche entsprechend einem von uns mitgegebenen Nachbehandlungsschema stattfinden. Bis zur Beschwerdefreiheit können 6-12 Wochen vergehen.

Arbeitsfähigkeit:

Für sitzende Tätigkeiten besteht je nach Schmerzen nach 2-4 Wochen Arbeitsfähigkeit. Schulterbelastende Tätigkeiten sollten erst nach kompletter Beschwerdefreiheit durchgeführt werden.

Sport:

Joggen und Fahren auf dem Ergometer sind nach 4-6 Wochen möglich. Schulterbelastende Sportarten sollten erst nach ca. 3 Monaten bzw. kompletter Beschwerdefreiheit durchgeführt werden.



Abb. 1: Deutliche Kalkablagerungen im Sehnenansatz unter dem Schulterdach mit zwei verschiedenen Beispielen.



Abb. 2: Arthroskopisches Aufsuchen des Kalkes mittels Nadel vor Entfernung des Kalkdepot