

Arthrose-Selbsttest

Welche der folgenden sechs Symptome treten seit mehreren Wochen oder immer wieder bei Ihnen auf?

Morgensteifigkeit und/oder Anlaufschmerzen?		Punkte
Anlaufschmerzen (2 Punkte)	Beide Symptome (3 Punkte)	
Morgensteifigkeit (2 Punkte)	Keines der Symptome (0 Punkte)	
Entzündungszeichen wie Gelenkschwellung, Überwärmung oder Rötung?		Punkte
Gelenkschwellung (2 Punkte)	Überwärmung (1 Punkt)	
Rötung (1 Punkt)	Keines der Symptome (0 Punkte)	
Mehrere der Symptome (4 Punkte)		
Bewegungseinschränkung im betroffenen Gelenk (z.B. beim Bücken, Treppensteigen, usw.)?		Punkte
Starke Einschränkung (4 Punkte)	Leichte Einschränkung (2 Punkte)	
Mittelgradige Einschränkung (3 Punkte)	Keine Einschränkung (0 Punkte)	
Schmerzen im betroffenen Gelenk?		Punkte
Belastungsschmerz (3 Punkte)	Dauerschmerz in Ruhe (4 Punkte)	
Nachtschmerz (2 Punkte)	Kein Schmerz (0 Punkte)	
Einschränkung der körperlichen Belastbarkeit in Beruf, Hobby oder Sport?		Punkte
Starke Einschränkung (3 Punkte)	Leichte Einschränkung (1 Punkt)	
Mittelgradige Einschränkung (2 Punkte)	Keine Einschränkung (0 Punkte)	
Geräusche bei Bewegung im Gelenk (z.B. Knacken oder Krachen)?		Punkte
Leichte Gelenkgeräusche (2 Punkte)	Keine Gelenkgeräusche (0 Punkte)	
Starke Gelenkgeräusche (4 Punkte)		
SUMME		

0-2 Punkte

Ihr Ergebnis: Keine Arthrose oder Gelenkerkrankung

Eine Arthrose-Untersuchung durch Ihren Arzt scheint nicht notwendig zu sein.

Sollten Sie trotzdem an Beschwerden Ihrer Gelenke leiden, sprechen Sie Ihren Hausarzt an. Bitten Sie ihn gegebenenfalls um eine Überweisung zu unseren Fachspezialisten und vereinbaren einen Termin.

3-9 Punkte

Ihr Ergebnis: Leichte bzw. beginnende Arthrose oder Gelenkerkrankung

Ihre Angaben zeigen erste Anzeichen eines Gelenkverschleißes.

Eine Arthrose im Anfangsstadium kann meist konservativ behandelt und ihr Verlauf dadurch verzögert werden. Hierbei kommen beispielsweise Medikamente, Physiotherapie oder Muskelaufbautraining zum Einsatz.

Bitte sprechen Sie Ihren Hausarzt auf das Ergebnis des Schnelltests an oder vereinbaren Sie einen Termin bei unseren Spezialisten.

10-22 Punkte

Ihr Ergebnis: Schwere Arthrose oder Gelenkerkrankung

Ihre Angaben zeigen ernste Anzeichen eines fortgeschrittenen Gelenkverschleißes.

Bei einer schweren Gelenkarthrose sind eine genauere Untersuchung und eine Behandlung dringend notwendig. Daneben können in einem frühen Arthrostadium auch Therapieansätze wie eine Arthroskopie, Umstellungsosteotomie oder Knorpeltransplantation das Fortschreiten des Gelenkverschleißes wirksam verlangsamen.

Bitte sprechen Sie Ihren Hausarzt auf das Ergebnis des Schnelltests an. Bitten Sie ihn ggfs. um eine Überweisung zu einem orthopädischen Facharzt und vereinbaren einen Termin bei unseren Spezialisten.

Verbundkrankenhaus LINZ-REMAGEN

■ **Franziskus Krankenhaus Linz**

Orthopädie & Unfallchirurgie

Magdalena-Daemen-Str. 20

53545 Linz

Tel. 02644 55-1

■ **Krankenhaus Maria Stern Remagen**

Orthopädie & Unfallchirurgie

Am Anger 1

53424 Remagen

Tel. 02642 28-0

Chefarzt Dr. med. Dieter Altmann
d.altmann@krankenhaus-linz.de

Chefarzt Dr. med. Rudi Auen
r.auen@krankenhaus-linz.de

