

Bei einer **Arthrose** degenerieren die Gelenkknorpel. Degenerieren bedeutet, dass durch Verschleiß, Nichtgebrauch oder Alterung die Funktionen der Gelenkknorpel vermindert werden. Davon sind meistens die Gelenke der Wirbelsäule, der Hüfte, der Schulter oder auch der Knie betroffen. Die Arthrose kann im schlimmsten Fall so weit voranschreiten, dass der betroffene Knochen freiliegt.

Ablauf einer Arthrose und Entstehung einer Arthritis:

1. Knorpelzellen werden geschädigt, Gelenkknorpel abgebaut
2. Enzyme werden freigesetzt, welche Kollagen und weitere Bestandteile des Knorpels abbauen. Ein wahrer Teufelskreis, denn durch den weiteren Abbau der Knorpelsubstanz werden erneut die Enzyme freigesetzt welche den Abbau des Knorpels beschleunigen.
3. Bei Belastung entstehen erste Risse in der Knorpelschicht.
4. Bei jeder Bewegung wird der Knorpel weiter abgerieben. Es bildet sich sogenannter Detritus, das sind Abriebpartikel. Die Beweglichkeit wird eingeschränkt.
5. Diese Abriebpartikel können zu Entzündungen der Gelenkinnenhaut führen. Dann spricht man von einer Arthritis.
6. Hierdurch werden wiederum Enzyme freigesetzt die den Knorpelabbau vorantreiben. Wenn der Gelenkknorpel vollständig abgebaut ist spricht man von einer Knorpelglatze.

Klassifizierung der Arthrose

Um die Stadien der Arthrose vereinheitlichen zu können werden sie in 5 unterschiedliche Grade unterteilt:

Grad 0: normaler Knorpel, keine Schmerzen

Grad 1: Erweichter Knorpel (Knorpelmalzie), keine Schmerzen

Grad 2: Geschädigte Knorpelstruktur, Schmerzen sind Belastungsabhängig

Grad 3: Risse im Knorpel (Knorpelfissur), Schmerzen sind chronisch

Grad 4: Defekter Knorpel zeigt Auswirkungen bis in den unter dem Knorpel liegenden Bereich und darüber hinaus, Gelenke versteifen