

Warum die Schulter oft Ärger macht

Chefarzt über das **Volksleiden Nummer eins**. Wann eine OP sinnvoll ist und welche Sportart schont

VANESSA SEIFERT

HAMBURG :: „Jeder, der schon mal Beschwerden mit der Schulter hatte, weiß: Das ist extrem unangenehm, schon allein wegen der Nähe zum Kopf“, sagt Professor Dr. Michael Hoffmann. Das „Volksleiden Nummer eins“ könne ganz unterschiedliche Ursachen haben, erklärt der 44 Jahre alte Chefarzt, der seit knapp acht Wochen an der Asklepios Klinik St. Georg die Abteilung für Unfallchirurgie, Orthopädie und Sportorthopädie leitet, in der neuen Folge der „Digitalen Sprechstunde“, dem beliebten Medizin-Podcast von Hamburger Abendblatt und Asklepios. „Oft ist sogar mit der Schulter an sich alles in Ordnung, aber mit den Strukturen drum herum stimmt eben etwas nicht. Und das schränkt dann die Beweglichkeit ein.“

Damit anatomisch alles reibungslos laufe, müssten der sehr große Oberarmkopf und die sehr kleine Schulterpfanne zueinanderfinden. „Der Größenunterschied ist wie bei Sonne und Erde. Das ist komplex, da kann schon mal etwas passieren“, sagt der habilitierte Mediziner, der von Fachmagazinen zu den renommiertesten Schulterexperten des Landes gezählt wird. Doch wann hilft die Wärmflasche nicht mehr, wann sollte der Betroffene zum Arzt? „Bei akut eingeschränkter Schulterfunktion, beispielsweise nach einem schweren Sturz, sollte man natürlich zeitnah einen Experten aufsuchen. Chronische Schmerzen gehen aber auch tatsächlich mal von alleine wieder weg oder können mit Physiotherapie oder Cortisoninjektionen sehr gut behandelt werden.“

Seine eigene Schulter sei ein „Leckerbissen für Operateur“

Eine Operation sei gar nicht immer notwendig, sagt der Schulterchirurg, der in Heidelberg und Bergen/Norwegen studiert und einige Jahre am UKE geforscht und gearbeitet hat, ehe er als Chefarzt an die Schön Klinik in Neustadt/Holstein wechselte. „Es ist die Aufgabe eines jeden verantwortungsvollen Arztes zu schauen, wie Bildgebung und Beschwerden des Patienten zusammenpassen.“ Und der verheiratete Vater von zwei Kindern, der in seiner raren Freizeit Ironman Triathlon betreibt (3,8 Kilometer schwimmen, 180 Kilometer Rad fahren und danach ein Marathon), sagt: „Wenn man sich jetzt Bilder meines Knies oder meiner Schulter anschauen würde, dann sähe man, dass die wegen der Verschleißerscheinungen hundertprozentig nach

einem Leckerbissen für jeden Operateur aussehen. Aber ich habe überhaupt gar keine Beschwerden.“ Insofern müsse man vor jedem Eingriff schon ganz genau abwägen: „Verschleißerscheinungen hat jeder über 40. Aber wenn nichts wehtut, müssen die meisten Veränderungen auch nicht operiert werden.“

Anders sei die Lage bei Knochenbrüchen nach Unfällen, wenn zum Beispiel der Schulterkopf vom Stiel gebrochen sei. Auch eine ausgereckte Schulter sei in der Regel „eine solide OP-Indikation“, sagt der Experte, der einen Teil seiner Ausbildung in Großbritannien absolviert hat. Die Schulter müsse dann zunächst eingrenkt werden, ehe die abgerissene Gelenkfläche mithilfe der Arthroskopie, also einem minimalinvasiven Eingriff, wiederhergestellt werde. „Meine absolute Lieblingsoperation“, sagt der Unfallchirurg, der einst am UKE mit Kollegen an einem Navigationssystem mitgeforscht hat, mit dessen Einsatz sich die

Verschleißerscheinungen hat jeder über 40. Aber wenn nichts wehtut, muss meist nicht operiert werden

Prof. Dr. Michael Hoffmann, **Schulter Spezialist**

Medizin-Podcast



„Digitale Sprechstunde“ heißt der erfolgreiche Medizin-Talk von Hamburger Abendblatt und Asklepios. Jede Woche erklärt ein Experte im Gespräch mit Vanessa Seifert ein Krankheitsbild. Die aktuelle Folge und alle bisherigen Episoden hören Sie kostenfrei auf www.abendblatt.de/digitale-sprechstunde.de/. Nächste Woche: Altersmedizin

exakt richtige Stelle für den Eingriff punktgenau finden lässt.

Künstliche Schultergelenke seien besser als ihr Ruf

Besser als ihr Ruf seien mittlerweile übrigens künstliche Schultergelenke, sagt der Chefarzt aus St. Georg. „Allerdings muss man den Betroffenen, die in der Regel unter schwerer Arthrose leiden, immer noch erst mal die Angst nehmen. Viele fürchten, sie würden mit so einem Wackelarm aus der Klinik kommen. Das ist gar nicht so.“ Tatsächlich habe sich in der Endoprothetik unglaublich viel getan. „Kürzlich habe ich einen Badmintonspieler operiert. Der schlägt jetzt mit der künstlichen Schulter mindestens so gut wie vorher“, sagt der Mediziner, der an seiner alten Wirkungsstätte pro Jahr etwa 100 künstliche Schultergelenke eingesetzt hat. „Das ist eine jeweils einstündige Teamleistung, die aber der Übung bedarf.“

Und was ist eigentlich mit dem berühmten Impingement-Syndrom? „Ja, das kommt vor – aber lange nicht so oft, wie es behandelt wird.“ Im Grunde sei das eine eher seltene „Kolibri-Erkrankung“, die aber in den letzten Jahren bekannt geworden sei und deren Name seither „fast inflationär“ benutzt werde. „Dass sich in dem besonders engen Raum unterm Schulterdach Sehnen schmerzhaft einklemmen, kommt vor, aber es ist eben auch nicht immer die Ursache für eine eingeschränkte Beweglichkeit.“

Um der Schulter etwas Gutes zu tun, sollte man schwimmen, walken, gezieltes Krafttraining machen. Und Ironman Triathlon betreiben? „Eher nicht“, sagt der Chefarzt und lacht. „Vor vier Jahren habe ich nach einer Neujahrswette damit angefangen. Es tut höllisch weh, aber man lernt sich selbst mal von einer neuen Seite kennen.“



Prof. Dr. Michael Hoffmann zählt zu den renommiertesten **Schulterchirurgen des Landes**. FOTO: MICHAEL RAUHE

Polizei braucht Verdacht für Kontrollen auf Kiez

Gericht gibt Anwohner aus Togo recht. **Drogen-Taskforce** hatte ihn häufiger angehalten

ST. PAULI :: Die Polizei darf auf St. Pauli nicht mehr ohne Grund Menschen kontrollieren. Das Verwaltungsgericht hat im Falle eines Mannes aus Togo die verdachtsunabhängigen Ausweiskontrollen gekippt. Der 35-Jährige wohnt an der St. Pauli Hafensstraße und war auf dem Weg von und zu seiner Wohnungen immer wieder kontrolliert worden. Das Gebiet gilt als sogenannter gefährlicher Ort. Eine Taskforce der Polizei fahndet dort nach Drogendealern. Offenbar galt ihnen der 35-Jährige als verdächtig – er vermutet, dass dies an seiner dunklen Hautfarbe lag.

Der Mann hatte ursprünglich gegen vier polizeiliche Identitätsfeststellungen zwischen November 2016 und April 2018 geklagt. In einem Fall hatte die Hansestadt die Rechtswidrigkeit der Kontrolle zwischenzeitlich anerkannt, in einem anderen Fall hatte der 35-Jährige seine Klage zurückgenommen. Über die beiden verbleibenden Fälle hatte nun das Verwaltungsgericht Hamburg zu entscheiden – und sie für rechtswidrig erklärt.

Nach Auffassung der Kammer ist auch an sogenannten gefährlichen Orten keine völlig anlasslose Kontrolle jeglicher an einem solchen Ort angelegten Personen zulässig. Vielmehr müssen auch gewisse Anhaltspunkte für einen Bezug der kontrollierten Person zur entsprechenden Gefahr – hier also der Betäubungsmittelkriminalität – vorliegen, teilte das Gericht am Mittwoch mit. Dies konnte nach Überzeugung der Kammer nicht festgestellt werden. Vor diesem Hintergrund musste sie nicht über die Frage entscheiden, ob die Identitätsfeststellungen – wie vom Kläger geltend gemacht – auch deshalb rechtswidrig gewesen sind, weil die Polizisten ihre Entscheidung auch von der Hautfarbe abhängig gemacht hätten. Die Stadt kann in Berufung gehen. *inga*

Sophienschule bekommt Neubau für 17 Millionen Euro

Projekt **durch Mäzen** ermöglicht. 2024 soll Einzug sein

BARMBEK-SÜD :: Die katholische Sophienschule an der Elsastraße bekommt einen Neubau für Grundschule und Kita. Ermöglicht wird das rund 17 Millionen Euro teure Projekt durch die Unterstützung eines Mäzens. „Diese Kooperation zwischen Kirche, privatem Mäzen sowie vielen weiteren Unterstützern ist im besten Sinne des Wortes zukunftsstiftend“, sagte Generalvikar Ansgar Timm. Es gehe darum, „auch zukünftigen Generationen in dieser Stadt“ zu ermöglichen, „Bildung auf Grundlage des christlichen Menschenbildes“ zu erfahren.

Der Gewinnerentwurf des Architekturbüros Bieling Architekten sieht eine Fassade vor, die mit denselben roten Klinkern ausgestattet wird, wie sie an der direkt neben der Schule stehenden Kirche St. Sophien verwendet wurden. Ziel der Planung ist es generell, die verschiedenen Gebäude auf dem Gelände in einen sinnvollen Dialog zueinander zu setzen, wie Prof. Thomas Bieling erläuterte. Das Herzstück des neuen Schulge-

bäudes bildet der sogenannte Stiftergarten, der auf dem Dach der neuen Turnhalle entstehen wird und als Schulgarten oder grünes Klassenzimmer genutzt werden soll.

„Dieser Standort bietet mit Kirche, Kloster, Kindertagesstätte und Schule ein wirklich einzigartiges Ensemble und zugleich ein herausragendes Entwicklungspotenzial für junge Menschen“, erklärte Christopher Haep, Leiter der Abteilung Schule und Hochschule des Erzbistums Hamburg. Die neuen Schulräume böten dank ihrer Multifunktionalität dazu die besten Voraussetzungen.

Die ortsansässige Familie Franke, die in Hamburg mehrere Seniorenheime unterhält, beteiligt sich mit einer Millionenspende an dem Bauprojekt. In einer komplizierten und undurchsichtigen Welt sei es schön, „wenn man eine Sache findet, bei der man persönlich etwas ausrichten kann, die eindeutig gut und richtig ist“, begründete Andreas Franke das Engagement seiner Familie. Ausdrücklich lobte Franke den Entwurf des Architekturbüros Bieling, der gleichzeitig am praktischsten, am gefälligsten und am ökonomischsten gewesen sei.

Christopher Haep zeichnete den Fahrplan für das Bauprojekt: Während 2021 die Bauplanung betrieben werden sollte, steht Anfang 2022 der Umzug von Grundschule und Kita in die Franz-von-Assisi-Schule am Lämmersieth an. Der Neubau auf dem Gelände von St. Sophien soll im Sommer 2024 fertiggestellt sein, sodass die neuen Gebäude am 1. August desselben Jahres bezogen werden könnten. *hsppm*



Rechts ist der geplante **Neubau neben der Kirche zu sehen**. FOTO: A. LAIBLE

GAUMENSTREICHLER BIS ZU 51% GÜNSTIGER!



33% SPAREN
Champagner Henry Devernay Brut
19,40 EURO
 STATT 29,15 EURO
 (1l 25,86 € - 12,0 % vol)*

51% SPAREN
Rioja Blanco „Lar De Sotomayor“, Domeco
4,25 EURO
 STATT 8,72 EURO
 (1l 5,67 € - 12,5 % vol)*

41% SPAREN
Heras Cordon, Rioja Edicion Limitada
10,95 EURO
 STATT 18,47 EURO
 (1l 14,60 € - 14,0 % vol)*

UND VIELE MEHR...

38% SPAREN
Pinot Blanc Auxerrois „Großes Holz“, Gabel
5,95 EURO
 STATT 9,56 EURO
 (1l 7,93 € - 12,0 % vol)*

50% SPAREN
Cab. Sauvignon, Paradyskloof, Blaauwklippen
3,85 EURO
 STATT 7,75 EURO
 (1l 5,13 € - 13,5 % vol)*

45% SPAREN
„Assurdo“ Baglio Gibellina
7,90 EURO
 STATT 14,43 EURO
 (1l 10,53 € - 14,0 % vol)*

Advent in Sicht!
Rindchen's Wohlfühlweine im Outlet

Liebe Weinfreundinnen und Weinfreunde, die Herbst- und Adventzeit wird dieses Jahr wohl besinnlicher ausfallen, als wir es uns erhofft haben. Machen Sie das Beste daraus. Gönnen Sie sich die kleinen, intimen Genüsse, die das Leben zum Fest machen. Warum nicht mal ein Glas Champagner? Die Weine, die Sie bis zum Jahresende begleiten, finden Sie bei uns im Outlet. Eine ganze Woche lang. Zu Preisen, die jedem ein Lächeln auf die Lippen zaubern.

Mit weinverliebten Grüßen
 Ihr Team vom Rindchen's Outlet



Rindchen's Weinkontor **OUTLET** · Große Elbstraße 135 · 22767 Hamburg · Mo bis Fr 11–19 Uhr, Sa 10–16 Uhr
 Unser Tipp für Sie: Alle Weine entdecken Sie schon jetzt unter www.rindchen.de/outlet-sale

*Weine enthalten Sulfite. Alle Angebote gültig im Outlet solange der Vorrat reicht und nur von 13.11.-21.11.2020. Detaillierte Angaben zu Weingut/Abfüller finden Sie unter www.rindchen.de