

# Ergotherapie im Frühstadium der Heberden-Arthrose

## Umfrage der Deutschen Arthrose-Hilfe e.V.

### *Teil 1: Handchirurgen*

Im Heberden-Spätstadium wird Ergotherapie schon sehr oft verordnet, aber warum nicht auch bereits im Frühstadium? Ist es nicht naheliegend, die erkrankten Gelenke früh professionell zu schützen, um die Progression zu stoppen? Es freut uns, dass viele Kolleginnen und Kollegen dies schon jetzt so handhaben, wie die Antworten von 69 Handchirurgen zeigen:

1. Von 69 antwortenden Handchirurgen berichteten 43 (62%), dass sie Ergotherapie bereits im Frühstadium verordnen. Das Heberden-Frühstadium war definiert als reine Weichteilentzündung mehrerer Fingerendgelenke nur der dominanten Hand.
2. Bei geschätzt fast jedem Vierten dieser Patienten (23%) führt Ergotherapie zur vollständigen und dauerhaften Beschwerdefreiheit.

### *Bewertung:*

1. Methodisch war diese Umfrage nicht repräsentativ. Sie basierte zudem auf Schätzungen („educated guesses“) der befragten Kollegen.
2. Die Bedeutung der vorliegenden Daten ergibt sich aus der hohen psychischen Belastung bei fortgeschrittener Heberden-Arthrose. Ein vollständiger und dauerhafter Stopp des frühen Entzündungsgeschehens und der Progredienz bei jedem vierten Patienten ist deshalb ein bedeutender Erfolg.
3. Ergotherapie ist eine kausale Therapie. Sie nimmt den Kontaktdruck von den geschädigten Gelenken, stoppt damit die fortschreitende Vergrößerung der Läsionen und auch die Produktion von Stoffen, die das Entzündungsgeschehen weiter aktivieren.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie diese kurzen Informationen nützlich finden und uns Ihre eigenen Beobachtungen, Ideen und auch Fragen dazu senden möchten. Bitte gern per E-Mail an:

[info@arthrose.de](mailto:info@arthrose.de)

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung  
**DEUTSCHE ARTHROSE-HILFE E.V.**