



## Schachtmatt der Arthrose

# Information zur intraartikulären Hyaluronsäuretherapie mit Synocrom



**CROMA**  
HEALTH • CARE • INNOVATION



## EDITORIAL

Liebe Patientin, Lieber Patient,  
Ihr Facharzt hat Ihnen zu einer intraartikulären, d.h. direkt in das betroffene Gelenk verabreichten, Injektionstherapie mit **SYNOCROM**<sup>®</sup> zur Behandlung der Osteoarthrose geraten. Immer mehr Menschen leiden an degenerativen Gelenkserkrankungen, die nicht nur äußerst schmerzhaft sein können, sondern darüber hinaus auch zu Mobilitätsverlust und einer Einschränkung des aktiven Lebensstils führen. Diese Information soll Ihnen einen Überblick über die empfohlene **SYNOCROM**<sup>®</sup> Therapie geben und Ihnen unterstützende Maßnahmen aufzeigen. Bei individuellen Fragen berät Sie Ihr Facharzt gerne.

Mit herzlichen Grüßen

IHR CROMA-PHARMA TEAM



## INHALT

Arthrose – eine weit verbreitete Krankheit .....	4
Machen Sie den Test – Schätzen Sie Ihr Arthroserisiko ab! .....	5
Symptomatik der Arthrose .....	6
Kreislauf der Arthrose .....	7
Aufbau unserer Gelenke .....	8
Wirkprinzip der Hyaluronsäure .....	9
Die <b>SYNOCROM</b> <sup>®</sup> Therapie .....	10
Unterstützende Maßnahmen .....	11



## ARTHROSE – EINE WEIT VERBREITETE KRANKHEIT

In Deutschland leiden über 9 Millionen Menschen an arthrotischen Gelenksbeschwerden, das entspricht etwa 11% der Gesamtbevölkerung! Die Osteoarthritis ist eine chronische, meist sehr schmerzhaftes Gelenksveränderung, die mit fortschreitendem Verlauf zunehmend die Funktion des betroffenen Gelenks beeinträchtigt. Die Arthrose ist eine degenerative Gelenkserkrankung, die durch ein Trauma oder, sehr viel häufiger, durch Abnutzungserscheinungen hervorgerufen wird. Betroffen sind hierbei vor allem die gewichtstragenden Gelenke wie Knie, Hüfte oder Sprunggelenk; es können aber auch alle anderen Synovialgelenke betroffen sein.





## MACHEN SIE DEN TEST – SCHÄTZEN SIE IHR ARTHROSERISIKO AB!

Nehmen Sie sich 2 Minuten Zeit, um mit der Beantwortung der folgenden sieben Fragen Ihr Arthroserisiko einschätzen zu können.

- |  | ja                       | nein                     |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. Haben Sie morgens direkt nach dem Aufstehen Gelenkschmerzen?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Leiden Sie an geschwollenen Gelenken?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Hatten Sie schon einmal eine Gelenksverletzung bzw. Gelenksoperation?                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Sind Sie übergewichtig (BMI>28)?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Haben Sie Fehlstellungen an Gelenken (z.B. X- oder O-Beine)?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Krachen oder Reiben Ihre Gelenke bei bestimmten Bewegungen?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Üben Sie im Alltag gelenksbelastende Tätigkeiten aus (z.B. kniende Tätigkeiten oder schweres Heben) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Wenn Sie drei oder mehr Fragen mit ja beantwortet haben, besteht bei Ihnen ein erhöhtes Arthroserisiko. Bitte suchen Sie Ihren Facharzt auf, er wird Sie untersuchen und ausführlich beraten.



## SYMPTOMATIK DER ARTHROSE

Arthrose beginnt meist schleichend und verläuft zunächst langsam und oft unbemerkt. Man bemerkt vorerst nur leichte, belastungsabhängige Schmerzen, im fortschreitenden Krankheitsverlauf kommt es zu Deformationen der gelenknahen Knochen, der Gelenksschleimhaut und der Gelenkkapsel. Als Folge treten Gelenksschwellungen bis hin zum Gelenkserguss (aktivierte Arthrose) begleitet von starken Schmerzen auf. Typisch sind hier die so genannten „Anlaufschmerzen“ am Morgen oder besonders starke Schmerzen beim Treppen hinuntersteigen, das auch vor, nach und während extrem sportlicher Betätigung. Häufig treten im fortgeschrittenen Krankheitsstadium auch starke „Ruheschmerzen“ auf, die besonders in bestimmten Gelenkpositionen, z.B. Sitzen, auftreten.





## KREISLAUF DER ARTHROSE

Bleibt eine Arthrose unbehandelt, kommt es unweigerlich zu immer stärker werdenden Gelenkschmerzen. Aufgrund der Schmerzen tendieren Patienten zur Schonung des betroffenen Gelenks. Die Schonhaltung führt jedoch oft zu falscher bzw. zu Minderbelastung, wodurch eine schlechte Knorpelernährung, Abnahme der Muskulatur (Muskelatrophie) und auch Gewichtszunahme begünstigt wird. Weniger Muskeln und mehr zu tragendes Gewicht bedeutet wiederum eine höhere Belastung für den Knorpel. Hier schließt sich der Teufelskreis der Arthrose, der aus eigener Kraft nicht mehr durchbrochen werden kann. **SYNOCROM®** kann Ihnen dabei helfen, diesem Teufelskreis ein Ende zu setzen.



## AUFBAU UNSERER GELENKE

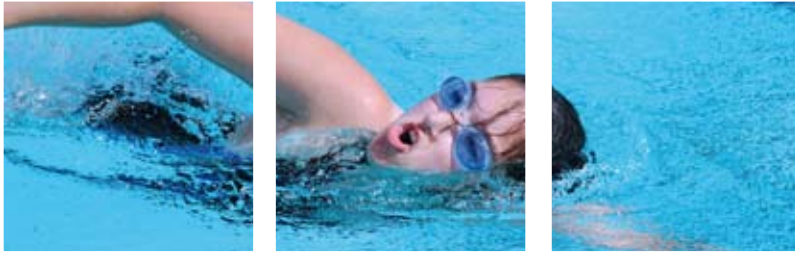
Ein Gelenk ist eine bewegliche Verbindung von zwei oder mehr Knochen. Der Hohlraum zwischen den Knochenenden wird als Gelenkspalt bezeichnet. Der Gelenkspalt und die Knochenenden sind von der Gelenkkapsel umschlossen, deren Innenseite mit der Synovialmembran ausgekleidet ist. Die Knochenenden wiederum sind von einer dicken Knorpelschicht, dem Gelenkknorpel, überzogen. Die Gelenkkapsel bildet einen Hohlraum der mit einer viskosen Flüssigkeit gefüllt ist, der Synovia („Gelenkschmiere“). Der Hauptbestandteil, der von der Synovialmembran gebildeten Gelenkschmiere ist die Hyaluronsäure.





## WIRKPRINZIP DER HYALURONSÄURE

Normalerweise produziert der menschliche Körper ausreichende Mengen an Gelenknährstoffen, um das Knorpelgewebe und die Gelenkschmiere zu regenerieren. Ab dem 40. Lebensjahr nimmt diese Regenerationsfähigkeit der Gelenke stark ab. Durch angeborene Fehlstellungen von Gelenken, chronische Überbelastung der Gelenke, einseitige Bewegung, Bewegungsmangel, körperliche Arbeit oder intensiven Sport kommt es zu Gelenksabnutzungen. Der Gelenkknorpel nutzt sich mehr und mehr ab und es kommt zum Abrieb von kleinen Knorpelfragmenten, die sich ablösen und als Fremdkörper in der Gelenkschmiere stören und Schmerzen verursachen. Bei starkem Knorpelabrieb kann es zum Totalverlust von Knorpelgewebe (der so genannten Knorpelglätze) kommen. Die daraus resultierende Reibung der beiden Knochenenden kann sehr schmerzhaft sein. Durch die Einspritzung von Hyaluronsäure (z.B. **SYNOCROM® forte**) in das betroffene Gelenk wird das Gleichgewicht im Gelenk wiederhergestellt und die Gelenksflächen werden wieder „geschmiert“. Zusätzlich zur protektiven, stoßdämpfenden und schmierenden Wirkung der Hyaluronsäure wirkt sie auch entzündungshemmend und regt die körpereigene Hyaluronsäureproduktion wieder an. Durch **SYNOCROM®** kann das Gleichgewicht im Gelenk folglich wiederhergestellt und der oben beschriebene Teufelskreis durchbrochen werden.



## DIE **SYNOCROM**<sup>®</sup> THERAPIE

**SYNOCROM**<sup>®</sup> ist eine hochreine, biofermentativ hergestellte Hyaluronsäure, die der körpereigenen Hyaluronsäure sehr ähnelt. **SYNOCROM**<sup>®</sup> ist frei von Konservierungsmitteln und wird ausgezeichnet vertragen. Ein Therapiezyklus beinhaltet mehrere Injektionen, wobei Sie in wöchentlichen Abständen je eine Injektion **SYNOCROM**<sup>®</sup> in das betroffene Gelenk erhalten. Die stoßdämpfenden Eigenschaften von **SYNOCROM**<sup>®</sup> lindern die Schmerzen und steigern die Bewegungsfähigkeit. Für den optimalen Therapieerfolg werden 3-5 Injektionen empfohlen.

Die positive Wirkung und die Sicherheit der Hyaluronsäure-Behandlung mit **SYNOCROM**<sup>®</sup> wurden durch zahlreiche wissenschaftliche Studien belegt. Der Behandlungserfolg dauert über mehrere Monate bis zu einem Jahr an. Die Kosten dieser Investition in Ihre Gesundheit werden im Allgemeinen nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Besprechen Sie am besten mit Ihrem Facharzt alle Details vor der Behandlung.



## UNTERSTÜTZENDE MASSNAHMEN

Sie können die **SYNOCROM®**-Therapie selbst unterstützen indem Sie folgende Ratschläge beherzigen. Um die Gelenke geringstmöglich zu belasten, ist die Einhaltung des Normalgewichtes ein wesentlicher Bestandteil zur Arthrose-Prophylaxe und -Therapie. Eine ausgewogene Mischkost mit reichlich Obst, Gemüse und komplexen Kohlenhydraten (Vollkornprodukte!) hilft Ihnen Ihr Gewicht dauerhaft und gesund zu optimieren. Moderate sportliche Aktivitäten wie Nordic Walking, Schwimmen, Wassergymnastik, Skilanglauf oder aber fernöstliche Sportarten wie Joga oder Thai-Chi, helfen Ihnen Ihre Beweglichkeit, Ausdauer, Leistungsfähigkeit und Ihre Lebensqualität durch Bewegungsfreiheit zu verbessern.



# SYNOCROM® -Produktfamilie

**SYNOCROM®** *forte*

**SYNOCROM®**

**SYNOCROM®** *mini*

**SynoTabs®** (Vitalstoffkombination für die Gelenke)



# CROMA

HEALTH • CARE • INNOVATION

Croma-Pharma  
Deutschland GmbH

Rengoldshauser Str. 11  
D-88662 Überlingen

Tel: +49 (0) 7551 947 17-0  
Fax: +49 (0) 7551 947 17-10

office@cromapharma.de  
www.cromapharma.de