

Ganglion - Überbein

Zusammenfassung - Allgemeines - Ursachen - Häufigkeit - Symptome - Diagnose - Therapie - Prognose

Zusammenfassung

Das Ganglion (Überbein) ist der häufigste **gutartige** Weichteiltumor der Hand. Es ist eine unter der Haut gelegene mit Flüssigkeit gefüllte Kammer, die Verbindung zur Gelenkkapsel hat. Die Beschwerden erstrecken sich von mäßigen belastungsabhängigen Schmerzen bis hin zu sehr starken in den Oberarm ausstrahlenden Schmerzen. Krankengymnastik, manuelle Zerdrückung, sowie Nadel-Zerstechung können eine Operation häufig nicht verhindern. Trotz einer Operation muss mit einer hohen Wiederentstehungsrate gerechnet werden.

Allgemeines

Als Ganglion wird eine einzeln oder multiple vorkommende gutartige Geschwulstbildung im Bereich der Gelenkkapsel oder des Sehnengleitgewebes bezeichnet. Im Volksmund auch als Überbein bezeichnet, ist es ein kleines erbs- bis kirschgroßes unter der Haut gelegenes Knötchen. Dieser prallelastische Weichteiltumor ist mit klarer sehr visköser (zäher) Flüssigkeit gefüllt. Diese Flüssigkeit wird als Mycin bezeichnet und besteht überwiegend aus Hyaluronsäure. Am häufigsten ist das Ganglion an der Hand, seltener am Knie oder dem Fuß lokalisiert.

Ursachen

Die Krankheitsursache ist nicht eindeutig geklärt. Es werden entwicklungsbedingte Veränderungen im Kapselbandapparat bei Überlastung, chronische Reizzustände sowie eine myxomatöse (Flüssigkeit) Neubildung als Ursache angenommen. Dehnung und Überlastung von Gelenken führt zur Produktion von Hyaluronsäure (Gelenkflüssigkeit) durch veränderte Synovialzellen (Gelenkzellen). Die so im Übermaß produzierte muköse Flüssigkeit bricht ausgehend von der Grenzschicht zwischen Gelenkknorpel und Gelenkkapsel in einer gekammerten Zyste ins umliegende Weichteilgewebe. Diese Zyste (Ganglion) behält über stilförmige Auswuchse Verbindungen zur Gelenkkapsel.

Häufigkeit

Das Ganglion ist der häufigste gutartige Weichteiltumor der Hand. Frauen sind etwa dreimal häufiger betroffen als Männer. Die Erkrankung ist verstärkt bei jüngeren Menschen zu beobachten. Der Altersgipfel liegt zwischen 20-30 Jahren.

Symptome

Die Symptome eines Ganglions können sehr unterschiedlich sein. Meist lässt sich ein prallelastischer Tumor tasten. Zum Teil ist dieser Tumor, insbesondere beim Ganglion am Finger, druckempfindlich. Das klinische Bild kann sich von Beschwerdefreiheit bis zu heftigsten Schmerzen erstrecken. Schmerzen können in den Ellenbogen, zum Teil bis in den Oberarm ausstrahlen. In einigen Fällen kann es zu einer Verminderung der Griffstärke der Hand kommen. Kribbeln und Taubheitsgefühl entsteht bei Druck des Ganglions auf Nerven.

Ganglien lassen sich an verschiedenen Gelenken finden, am häufigsten aber an der Hand.

Man findet die folgenden Arten:

1. Hand

- Streckseitig (dorsoradial) am Handgelenk
- Beugeseitig (radiopalmar) am Handgelenk
- Fingerarundalieder

- Fingermittel- und endglieder

2. Knie

- beugeseitig (Kniekehle)

3. Fuß

- Streckseitig (Fußrücken)

Diagnose

Die Diagnose kann im Allgemeinen aufgrund der beschriebenen Beschwerden und dem Untersuchungsbefund, also dem klinischen Bild, gestellt werden. Prallelastische Tumoren unterschiedlicher Größe in der Umgebung von Gelenken und Sehnenscheiden lassen sich finden. Die ein oder auch mehrkammerigen Geschwulste mit gallertartigem Inhalt haben wurzelähnliche Fortsätze, die eine offene Verbindung mit einem Gelenk haben. Gelegentlich können nicht sichtbare winzige Ganglien (Mikroganglien) starke Schmerzen verursachen. Die Diagnose ist in diesen Fällen schwer zu stellen. Eine Röntgenaufnahme des Handgelenks sollte zum Ausschluss einer Arthrose oder tumoröser knöcherner Veränderungen angefertigt werden. Bei unklarem Befund kann eine Ultraschalluntersuchung die Verdachtsdiagnose erhärten.

Therapie

Grundsätzlich sollte zunächst der Versuch der konservativen Behandlung erfolgen. Eine Ausheilung ist jedoch häufig nur durch eine Operation zu erreichen.

Konservative Therapie

- Aufklärung des Patienten über die Gutartigkeit des Tumors
- Krankengymnastik bei leichter Instabilität des Handgelenks und moderater Beschwerdesymptomatik
- Kräftigungsübungen der Unterarmmuskulatur (Drücken eines Gummiballes)
- Versuch der manuellen Zerdrückung des Ganglions
- Stichelung (Spritze) mit Kortison

Operative Therapie

Bei starken Beschwerden ist ein operativer Eingriff die Methode der ersten Wahl. Bei moderaten Beschwerden sollte aber zunächst ein konservativer Behandlungsversuch von etwa einem viertel Jahr erfolgen.

Das Ziel ist die komplette Entfernung des Ganglions mit Umstechung oder Unterbindung der Basis. Insbesondere muss die Verbindung zur Gelenkkapsel unterbrochen werden.

- Postoperativ keine Schiene und keine Ruhigstellung
- Sofortige aber vorsichtige Mobilisierung

Prognose

Das Ganglion hat generell einen gutartigen Verlauf. Problematisch bleibt jedoch die relativ hohe Wiederentstehungsrate. So muss nach einer Operation in 10% der Fälle mit dem Wiederauftreten eines Ganglions gerechnet werden. Die Zerstickelung des Ganglions soll in etwa 45% der Fälle Besserung bringen.