

Hüftarthrose: Wann es Zeit für eine OP wird und warum sich ein Hüftchirurg selbst für einen Gelenkersatz entschieden hat

Dr. Dirk Eiwanger (55) ist Chefarzt der ATOS Klinik Wiesbaden und kennt die moderne Hüftchirurgie aus zwei Perspektiven – als erfahrener Operateur und jetzt auch als Patient, der unter Hüftarthrose (Coxarthrose) litt. Sein Chefarzt-Kollege Dr. Alexander Mayer hat ihm Ende 2025 ein neues Hüftgelenk implantiert. Die Mediziner erklären, wann eine Hüftprothese sinnvoll ist, warum Betroffene oft zu lange warten und weshalb Eingriffe heute schnell die Rückkehr in Alltag, Beruf und Sport ermöglichen.



(v. l.) Die ATOS Cheförzte Dr. Alexander Mayer und Dr. Dirk Eiwanger

Herr Dr. Eiwanger, Sie operieren seit Jahren Hüftgelenke. Jetzt lagen Sie plötzlich selbst im OP. Wie war das?

Dr. Dirk Eiwanger: Natürlich zunächst ungewohnt. Gleichzeitig wusste ich genau, was mich erwartet. Die Beschwerden hatten sich über viele Jahre eingeschlichen und ich habe sie auch im Beruf immer häufiger nach langen Tagen am OP-Tisch gespürt. Anfangs konnte ich sie mit Sport, Stretching und einer Anpassung der Belastung kontrollieren. Irgendwann haben mich die Schmerzen aber zunehmend eingeschränkt, die Beweglichkeit nahm ab und ich wusste, dass meine Hüftarthrose weit fortgeschritten war. Anders als beim Knie stoßen konservative Behandlungen an der Hüfte an Grenzen. Dann stellt sich nicht mehr die Frage, ob operiert wird sondern wann. Für mich war klar: Ich möchte handeln, solange ich körperlich fit bin und aktiv Einfluss auf den Heilungsverlauf nehmen kann. Deshalb habe ich mich von meinem Kollegen Alexander operieren lassen, dessen chirurgische Qualität ich bestens kenne und dem ich voll vertraue.

Herr Dr. Mayer, Sie haben einen Patienten operiert, der den Eingriff bis ins Detail beurteilen kann. Wie war das und woran erkennen Betroffene, dass hinter ihren Beschwerden eine Coxarthrose steckt?

Dr. Alexander Mayer: Natürlich ist das eine besondere Verantwortung. Wenn man einen Kollegen operiert, weiß man, dass er jeden Behandlungsschritt nachvollziehen kann. Umso mehr freut es mich, dass Dirk so schnell wieder fit geworden ist. Das zeigt, was die moderne Hüftchirurgie heute leistet. Das klassische Symptom ist ein belastungsabhängiger Schmerz in der Leiste, der bis in den Oberschenkel oder sogar ins Knie ausstrahlen kann. Viele Patienten merken zuerst, dass ihnen das Anziehen von Schuhen oder das Aussteigen aus dem Auto schwerer fällt. Im weiteren Verlauf kommen Bewegungseinschränkungen und nächtliche Schmerzen hinzu. Betroffen sind überwiegend Personen zwischen 50 und 80 Jahren. Es gibt aber auch jüngere Patienten – beispielsweise nach Verletzungen, aufgrund anatomischer Fehlstellungen

oder Hüftkopfnekrose. Auch die Genetik spielt eine wesentliche Rolle und Leistungssport kann die Entstehung begünstigen.

Was zeichnet die ATOS Klinik Wiesbaden bei der Behandlung von Hüftarthrose besonders aus?

Dr. Dirk Eiwanger: Unsere Klinik ist vollständig auf Orthopädie spezialisiert. Das bedeutet feste Teams, eingespiel-

te Abläufe und damit eine hohe Routine in der Endoprothetik. Jeder weiß genau, was zu tun ist – vom OP über die Anästhesie bis hin zur Physiotherapie. Diese Spezialisierung sorgt für Sicherheit und Qualität. Dies macht sich aber nicht nur medizinisch bemerkbar. Die Klinik ist bewusst überschaubar organisiert und vermittelt mehr den Eindruck eines modernen Hotels als eines Krankenhauses. Das konnte ich am eigenen Leib genießen. Aspekte wie persönliche Ansprechpartner, ruhige Atmosphäre und viel Zeit für den einzelnen Patienten tragen wesentlich zur raschen Genesung bei und haben letztendlich dafür gesorgt, dass auch ich mich in der eigenen Klinik bestmöglich umsorgt gefühlt habe.

Viele Menschen hoffen, möglichst lange ohne OP auszukommen. Wann ist der richtige Zeitpunkt?

Dr. Alexander Mayer: Nicht das Röntgenbild entscheidet über eine OP, sondern der Mensch. Wenn Schmerzen den Alltag bestimmen, Freizeitaktivitäten aufgegeben werden oder selbst einfache Bewegungen zunehmend schwerfallen, sollte man handeln. Viele Patienten warten viel länger, als medizinisch sinnvoll wäre. Dadurch entstehen Schonhaltungen, die Muskulatur baut ab und die Lebensqualität sinkt.

Oft wird eine Hüft-OP mit langem Krankenhausaufenthalt und langer Genesungszeit assoziiert. Ist das wirklich so?

Dr. Alexander Mayer: Der eigentliche Eingriff dauert nur rund 60 Minuten. Dank moderner, gut steuerbarer und flacher Narkoseverfahren sind unsere Patienten kurz nach der OP wieder ansprechbar. Bereits am OP-Tag stehen sie wieder auf und gehen die ersten Schritte. Diese frühe Mobilisation ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Behandlungskonzepts. Sie beschleunigt die Genesung und reduziert gleichzeitig das Risiko für Komplikationen.

Dr. Dirk Eiwanger: Genau das habe ich selbst erlebt. Ich war lediglich zwei Nächte stationär untergebracht und konnte Weihnachten bereits wieder weitgehend normal mit meiner Familie zu Hause verbringen. Vier Wochen später habe ich wieder meine Sprechstunde aufgenommen, weitere zwei Wochen danach wieder selbst operiert. Der eigentliche Arthroseschmerz war quasi sofort verschwunden und ich habe auch keine stationäre Reha benötigt. Mit Physiotherapie und konsequentem Training habe ich meine Beweglichkeit buchstäblich Schritt für Schritt zu Hause zurückgewonnen.

Welche Rolle spielen moderne Operationsverfahren, Implantate und die Nachbehandlung heute für die schnelle Genesung?

Dr. Alexander Mayer: Minimalinvasiv bedeutet heute weit mehr als einen kleinen Hautschnitt. Entscheidend ist, dass wir die Muskulatur schonen. Ergänzt wird dies durch moderne Kurzschaftimplantate, die knochen sparend eingesetzt werden und eine sofortige Vollbelastung ermöglichen. Auch die Nachbehandlung hat sich verändert. Eine stationäre Rehabilitation kann sinnvoll sein, beispielsweise bei älteren Patienten oder wenn zu Hause Unterstützung benötigt wird, sie ist jedoch kaum noch erforderlich, wie der Fall von Dirk zeigt. Im Vordergrund stehen die

Wundheilung und das sichere Einwachsen des Implantats. Anschließend erfolgt der gezielte Muskelaufbau. Viele Patienten kehren deutlich schneller in ihren Alltag zurück, als sie es erwartet haben.

Es heißt oft, eine Hüftprothese hält nur etwa 15 Jahre oder bedeutet das Ende sportlicher Aktivität. Stimmt das?

Hüftarthrose: Das sollten Betroffene wissen

Erkrankung: Die Hüftarthrose (Coxarthrose) ist ein fortschreitender Verschleiß des Hüftgelenks und zählt zu den häufigsten Gelenkerkrankungen. Dabei nutzt sich der schützende Gelenkknorpel zunehmend ab, sodass Knochen auf Knochen reiben kann. Die Folge sind Schmerzen, Bewegungseinschränkungen und Verlust an Lebensqualität.

Symptome: Erste Anzeichen sind belastungsabhängige Schmerzen im Hüft- oder Leistenbereich, die bis in den Oberschenkel oder das Knie ausstrahlen können. Viele Betroffene bemerken außerdem, dass längere Spaziergänge, Treppensteigen oder das Aufstehen nach längerem Sitzen zunehmend schwerfallen. Später treten die Beschwerden auch in Ruhe und nachts auf.

Ursachen: Zu den wichtigsten Risikofaktoren zählen Gene-

Dr. Dirk Eiwanger: Niemand sollte Schmerzen als Begleiterscheinung des Alterwerdens akzeptieren. Wer dauerhaft eingeschränkt ist, sollte die Ursachen abklären lassen. Kann ich ohne Schwierigkeiten meinem Job nachgehen? Kann ich in Sport und Freizeit das tun, was mir wichtig ist? Wer eine dieser Fragen mit Nein beantwortet, sollte han-

tik, angeborene oder erworbene Fehlstellungen des Hüftgelenks, frühere Verletzungen oder langjährige hohe Belastungen – beispielsweise durch bestimmte Sportarten. Betroffen sind überwiegend Menschen ab 50 Jahren.

Therapie: In frühen Stadien lassen sich die Beschwerden oft mit Physiotherapie, Bewegung, Gewichtsreduktion oder Schmerztherapie lindern. Reicht dies nicht und ist die Lebensqualität dauerhaft eingeschränkt, kann eine moderne Hüftprothese Schmerzen zuverlässig beseitigen und die Beweglichkeit deutlich verbessern. Dank muskelschonender OP-Verfahren, moderner Implantate und früher Mobilisation verbringen viele Patienten bei ATOS in Wiesbaden nur vier Tage in der Klinik und kehren auch ohne stationäre Rehaaufnahme in Alltag, Beruf und Sport zurück.

Dr. Alexander Mayer: Dieses Bild ist längst überholt. Moderne Implantate zeigen hervorragende Langzeitergebnisse. Die Chance, dass die Prothese nach 20 Jahren noch uneingeschränkt funktioniert und nicht getauscht werden muss, liegt heute bei über 90 Prozent. Nach Abschluss der Heilungsphase sind Radfahren, Wandern, Fitness, Golf oder Laufen in der Regel problemlos möglich. Mein Kollege ist das beste Beispiel dafür – heute spielt er wieder regelmäßig Tennis.

Welchen Rat geben Sie Menschen, die unter Hüftschmerzen leiden?

deln. Eine Hüft-OP ist heute ein Routineeingriff, der keine lange Ausfallzeit mehr bedeutet. In unserer orthopädischen Sprechstunde beraten wir gesetzlich wie privat versicherte Patienten gleichermaßen. Nach Untersuchung und Diagnostik besprechen wir gemeinsam, welche Behandlung die individuell beste ist. Nicht jede Hüftarthrose muss sofort operiert werden. Wenn eine Operation sinnvoll ist – wie in meinem Fall – begleiten wir unsere Patienten von der ersten Beratung über den Eingriff bis zur Rückkehr in Alltag, Beruf und Sport – alles aus einer Hand.

Damit eine OP nicht Ihr Leben ausbremst

Nicht jede orthopädische Erkrankung erfordert sofort einen Eingriff. In der ATOS Klinik Wiesbaden betrachten wir jede Patientin und jeden Patienten ganzheitlich und decken konservativ bis operativ die medizinische Versorgung des gesamten Bewegungsapparates ab.

Gewährleistet wird dies durch innovative Operationstechniken, individuelle Behandlungsansätze und die strukturierte, interdisziplinäre Zusammenarbeit der ATOS Klinik, des ATOS MVZ und der ATOS Physiotherapie. Gemeinsam an einem Standort vereint, stellt ATOS eine durchgängige, optimal abgestimmte Patientenversorgung sicher und begleitet Sie in jeder Phase der Behandlung.

Behandlungsschwerpunkte:

- Beschwerden an Wirbelsäule & Rücken
- Beschwerden an oberen & unteren Extremitäten
- Beschwerden an Fuß- & Sprunggelenken – zertifiziertes Zentrum der Maximalversorgung



- Endoprothetik für große Gelenke (Hüfte, Knie, Schulter)
- Ambulante Operationen an Knie, Hüfte, Schulter, Hand & Fuß
- Sportmedizin
- Stammzellentherapie

Jetzt neu:
Rheumasprechstunde

ATOS KLINIK WIESBADEN

Profitieren Sie von einer schnellen Terminvergabe

Ohne lange Wartezeiten – telefonisch, per Mail oder bequem über unsere Online-Buchungsplattform.



ATOS KLINIK WIESBADEN
Terminbuchung

ATOS Klinik Wiesbaden
Hagenauer Str. 47, 65203 Wiesbaden
Tel.: +49 611 94926-0
kontakt.mvz-wiesbaden@atos.de