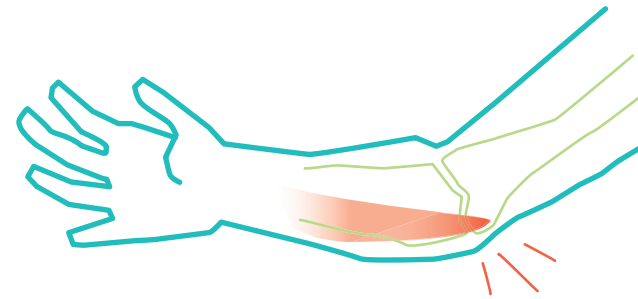


Ulnare Epicondylitis (Golferarm)

Die schmerzhafte Entzündung am Ursprung der Beuge-sehnen des Unterarmes an der Innenseite des Oberarmes wird als ulnare Epicondylitis oder Golferarm bezeichnet (nur ein sehr geringer Teil der Betroffenen spielt tatsächlich Golf). Durch Überlastung kommt es zu einer (chronischen) Entzündung der Sehnenplatte an der Ellenbogen Innenseite.

Im Gegensatz zum Tennisellenbogen sind die Schmerzen beim Golferarm an der Innenseite des Ellenbogens lokalisiert.

Ziel der Behandlung ist es, die Entzündung der Sehnenplatte zum Abklingen zu bringen und körpereigene Geweberegeneration zu aktivieren, damit es zur vollständigen Ausheilung kommen kann. Frühzeitige Belastung sollte durch mindestens 4 bis 6 Wochen vermieden werden. Dehnungsübungen sind auch bei diesem Krankheitsbild von entscheidender Bedeutung.



Schmerzhafter Ansatz
der Finger- und Handgelenksbeuger
am Ellenbogen