

## Muskelläsionen ohne Kontinuitätsunterbrechung (Muskelfaserriss)

Der Muskelfaserriss ist eine der häufigsten Sportverletzungen überhaupt.

Der Entstehungsmechanismus ist ein infolge von starker oder abrupter Belastung des Muskels auftretender Einriss der Muskelfasern, gefolgt von sofort auftretenden starken und stechenden Schmerzen. Damit einhergehend ist eine gleichzeitig auftretende lokale Entzündung der Muskulatur. Häufig wurde die Muskulatur vor Beginn der Sportausübung nicht ausreichend gedehnt.

Selten kann es bei Muskelfaserrissen zu ausgeprägten Einblutungen kommen, wie hier an einem Oberschenkel. Am häufigsten sind die Waden- und Oberschenkelmuskeln betroffen. Ein gehäuftes Auftreten findet sich bei Sportarten wie: Fußball, Handball, Kurzstreckensprint, Squash, Tennis, Rugby und ähnlichem.

Die Beschwerden sind durch starke Dehnungs- Druck- oder auch Anspannungsschmerzen gekennzeichnet. Auch Einblutungen werden häufig als blaue Flecken auf der Haut beobachtet. Nach dem Ereignis bleibt die Funktion des betroffenen Muskels über lange Zeit schmerzhaft eingeschränkt.

Infolge unzureichender Schonung und nach Abklingen der Beschwerden, führt oftmals eine unbedachte Bewegung oder eine volle Wiederaufnahme der sportlichen Aktivitäten zu neuerlichen Schmerzen, welche dann sehr hartnäckig und langwierig bestehen bleiben können.

Ziel der Stosswellenbehandlung ist es, die Entzündungsreaktion des Muskels zum Abklingen zu bringen und körpereigene Geweberegeneration zu aktivieren, damit es zur vollständigen Ausheilung kommen kann. Je nach vorbestehender Dauer und Ausprägung der Verletzung kann dieser Heilungsprozess 4 bis 12 Wochen dauern. Dehnungsübungen sind auch bei diesem Krankheitsbild von entscheidender Bedeutung. In dieser Zeit soll auf übermäßige sportliche Aktivitäten verzichtet werden.

