



WALDKLINIKEN EISENBERG  
Deutsches Zentrum für Orthopädie



# KNIE

# INHALT



## 5 Das Knie

Anatomie und Funktion

## 6 Beschwerden im Knie

Die häufigsten Diagnosen

## 8 Rheumatoide Arthritis

Die Entzündung des Kniegelenks

## 11 Arthrose

Der Verschleiß des Kniegelenks

## 14 Osteonekrose

Das Absterben von Knochengewebe

## 16 Das künstliche Kniegelenk

Gewinnen Sie Lebensqualität zurück

## 20 Nachsorge und Reha

Die schnelle Rückkehr in den Alltag

## 22 Tipps & Tricks

So schonen Sie Ihr Knie im Alltag

## 24 Die Spezialisten

International anerkannte Experten

## 26 Der Neubau

Heilende Architektur und herausragende  
Gastronomie in den Waldkliniken

## 36 Ausgezeichnete Spitzenmedizin

Unter Deutschlands Top 5 Kliniken

## 38 Sprechzeiten und Kontakt

Wir sind für Sie da

# EDITORIAL



## Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

die schmerzfreie Beweglichkeit unserer Gelenke ist ein zentraler Faktor bei der Bewertung unserer Lebensqualität. Das gilt selbstverständlich auch für das größte Gelenk unseres Körpers, das Knie. Durch seinen komplexen Aufbau und der hohen Belastungen im Alltag ist es allerdings anfällig für Verletzungen und Schmerzen.

Die häufigste Erkrankung des Kniegelenks ist die Arthrose. In den vergangenen Jahren und Jahrzehnten haben sich aber wirksame Therapiemöglichkeiten etabliert.

Am Deutschen Zentrum für Orthopädie in den Waldkliniken Eisenberg klären wir Sie über konservative wie operative Möglichkeiten von Knie-Erkrankungen auf und suchen mit Ihnen nach der besten Behandlungsmethode. Pro Jahr führen wir mehr als 1.500 Operationen am Kniegelenk durch und weisen damit eine außergewöhnliche Erfahrung und Expertise im Bereich der Knieendoprothetik auf. Der AOK-Gesundheitsnavigator zählt uns sogar zu den besten zehn deutschen Kliniken für Knieoperationen. Und seit 2024 bieten wir, direkt in unserer neu gebauten Orthopädischen Rehaklinik, den vollständigen Genesungsprozess aus einer Hand und an einem Ort an.

Mit diesem Heft wollen wir Sie ausführlich rund um die Themen Knie und Kniegelenkserersatz informieren.

Univ.-Prof. Dr. Georg Matziolis



# DAS KNIE

Das Kniegelenk, das Ober- und Unterschenkel verbindet, ist das größte Gelenk des Menschen. Ob beim Gehen, Joggen oder Fahrradfahren – das Knie ist ständig in Bewegung. Da es an so vielen Bewegungen beteiligt ist, empfinden Menschen Knieschmerzen oft als sehr belastend. Ein Grund, weshalb das Gelenk anfällig für Verletzungen und Schmerzen ist, ist sein komplexer Aufbau.

## ANATOMIE DES KNIES

Im Kniegelenk stoßen drei Knochen aufeinander: Oberschenkel (Femur), Schienbein (Tibia) und Kniescheibe (Patella). Weil das Knie das Bein beugt, streckt und zudem leichte Drehbewegungen ermöglicht, spricht man von einem Dreh-Scharnier-Gelenk.

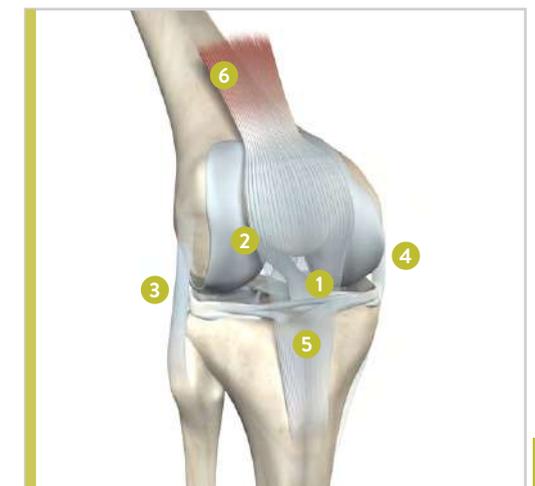
Wie jedes echte Gelenk ist das Kniegelenk von einer Gelenkkapsel umschlossen. Ihre Außenhülle besteht aus stabilisierenden Fasern, ihre Innenhaut (Synovia) produziert die Gelenkflüssigkeit.

Die viskose, klare Gelenkschmiere ermöglicht, dass die beteiligten Knochenenden schmerzfrei aneinander vorbeigleiten. Dazu tragen außerdem die Schleimbeutel und die Knorpelschicht bei, welche die Knochenenden schützend überzieht.

Zum Knorpelgewebe zählen auch die beiden Menisken. Die halbmondförmigen Scheiben aus Faserknorpel sitzen rechts und links im Knie und federn Stöße ab.

Zahlreiche Bänder und Sehnen stabilisieren das Knie. Die wichtigsten sind:

- 1 das vordere Kreuzband
- 2 das hintere Kreuzband
- 3 das Außenband
- 4 das Innenband
- 5 die Kniescheibensehne (Patellarsehne)
- 6 die Strecksehne des Oberschenkelmuskels (Quadrizepssehne)



## BESCHWERDEN IM KNIE

Weil das Knie so komplex ist und im Alltag einiges aushalten muss, ist es anfällig für Verletzungen und Schmerzen. Beim Joggen beispielsweise lastet ein Vielfaches des Körpergewichts auf den Knien – bei jedem Schritt. Ob beim Beugen, beim Strecken, im Sitzen oder gar nachts: Schmerzen im Knie sind verbreitet.

### ERKRANKUNGEN UND VERLETZUNGEN

Viele Kniebeschwerden lassen sich konservativ behandeln. Manchmal jedoch ist ein chirurgischer Eingriff unerlässlich. Etwa, wenn ein Patient Arthrose im Knie (Gonarthrose) hat und die Ärzte ein künstliches Kniegelenk (Knie-TEP) einsetzen. Gonarthrose ist vor allem bei den über 60-Jährigen verbreitet:

Bis zu 90 Prozent dieser Personengruppe zeigen den schmerzhaften Gelenkverschleiß. Eine Knieendoprothese einzusetzen, ist die letzte Therapiemaßnahme. Sie erfolgt erst, wenn alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft sind. In der Endoprothetik, wie man den Ersatz kranker Gelenke in

der Medizin nennt, ist der Eingriff Routine: Am Deutschen Zentrum für Orthopädie führen wir jährlich mehr als 1.500 Eingriffe dieser Art durch.

Arthrose ist jedoch nicht das einzige Problem, das man mit seinen Knien haben kann. Die häufigsten Erkrankungen und Verletzungen des Gelenks sind:

- › Arthrose
- › Rheumatoide Arthritis
- › Knochenentzündung
- › Knochennekrose
- › Riss des vorderen Kreuzbands
- › Riss des hinteren Kreuzbands
- › Meniskusschaden
- › Innen-/Außenbandriss

# 43%

der Deutschen leiden einer Umfrage zufolge zeitweise unter Knieschmerzen.



# RHEUMATOIDE ARTHRITIS

Die rheumatoide Arthritis ist die häufigste entzündlich-rheumatische Erkrankung und eine sekundäre Ursache der Gonarthrose. „Rheuma“ ist ein Begriff, der sich im allgemeinen Sprachgebrauch etabliert hat und ein Sammelbegriff für verschiedene entzündliche Erkrankungen des Bewegungsapparates.

## VERLAUF DER RHEUMATOIDEN ARTHRITIS

Die primäre Ursache der rheumatoiden Arthritis ist nicht bekannt. Wir wissen aber, dass die rheumatoide Arthritis eine Autoimmunerkrankung ist. Das heißt, dass sich körpereigene Entzündungszellen gegen den Körper richten und ins Gelenk einstrahlen. Befällt die Erkrankung ein Gelenk, kommt es zu Entzündungen



der Gelenkschleimhaut, die später auch den Gelenkknorpel schädigen. Am Kniegelenk treten schmerzhafte Schwellungen und Rötungen auf, die Kniegelenksbänder werden geschädigt, es kommt im weiteren Verlauf zu Gelenkzerstörung und zunehmender Instabilität oder Bewegungseinschränkung. Die rheumatoide Arthritis ist die häufigste entzündlich-rheumatische Erkrankung.

## BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

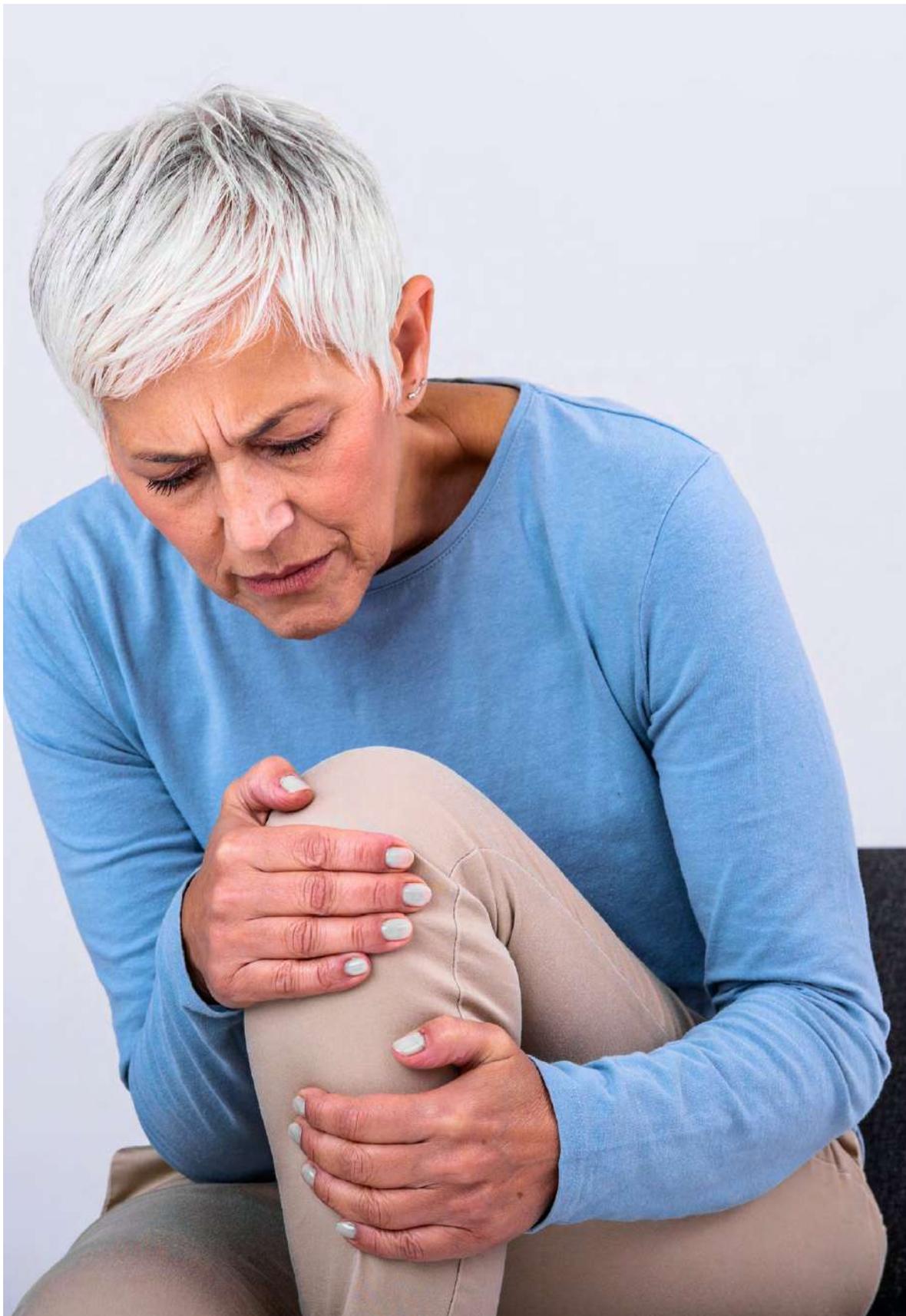
Es ist sehr wichtig, dass die Krankheit so früh wie möglich erkannt und behandelt wird. Denn dann kann der Fortschritt der Erkrankung gut verhindert werden. Die rheumatoide Arthritis kann sehr gut mit Medikamenten behandelt werden. In der Regel bekommen die Patienten Kortisonpräparate in Verbindung mit einem Basistherapeutikum. Oft ist eine lebenslange antientzündliche medikamentöse Therapie der rheumatologischen Grunderkrankung in Kombination mit physikalischen Maßnahmen erforderlich, um die schmerzhaften Entzündungen zu mildern und die Gelenkfunktion zu erhalten.

Hält die Entzündung an oder ist die Gelenkschädigung zu weit fortgeschritten, kann eine Operation sinnvoll sein: Als gelenkerhaltende Methode kann die Entfernung der entzündenden Gelenkschleimhaut helfen. Ist der Gelenkknorpel großflächig zerstört, empfehlen die Ärzte die Implantation einer Knieendoprothese.



„Professionalität und Menschlichkeit hat man sich in diesem Klinikum ganz groß auf die Fahne geschrieben.“

Patientin der Waldkliniken Eisenberg



## ARTHROSE

Die Gonarthrose (Kniegelenksarthrose) gehört zu den häufigsten Kniebefunden und bezeichnet Verschleißerscheinungen am Kniegelenk. Dabei kommt es zu einer fortschreitenden Zerstörung des Gelenkknorpels, später auch der Gelenkflächen und des Knochens.



### URSACHEN FÜR EINE ARTHROSE

Meist leiden ältere Menschen unter dieser Erkrankung – mit der Zeit bildet sich die Knorpelschicht zurück, die Knochen reiben direkt aneinander.

Auch jüngere Personen können an Gonarthrose erkranken, die Ursachen sind meist eine Überlastung des Gelenks, vorangegangene Gelenkschäden durch Unfälle oder Fehlstellungen der Gelenke. Auch bestimmte Berufsgruppen, die viel kniend arbeiten, wie z.B. Fliesenleger, sind stärker gefährdet. Patienten klagen häufig über eine verminderte Gehfähigkeit sowie Schmerzen beim Beugen und Belasten des Knies. Hinzu kommen Schmerzen unter Belastung (Anlaufschmerz) und später auch Schmerzen in Ruhe.

Ist die Knorpelschicht völlig zerstört und die Lebensqualität und Mobilität deutlich eingeschränkt, kann eine Knieprothese implantiert werden. Diese risikoarme Operation kann die Belastbarkeit des Knies wiederherstellen und zu einem beschwerdegeminderten oder -freien Leben verhelfen.

# 1.500

Eingriffe in der Knieprothetik werden pro Jahr am Deutschen Zentrum für Orthopädie (DZO) der Waldkliniken Eisenberg durchgeführt. Dadurch verfügen wir über ein großes Maß an Routine und Erfahrung.

# ARTHROSE

## KONSERVATIVE THERAPIEMETHODEN

Die Behandlung der Gonarthrose hängt in erster Linie vom Schweregrad der Erkrankung und von den Beschwerden des Patienten ab. Im frühen Stadium helfen neben medikamentösen Therapien auch physikalische Maßnahmen (zum Beispiel Physiotherapie, Elektrotherapie oder Akupunktur) die Beschwerden zu lindern.

Im weiteren Verlauf können Gelenksinjektionen mit einem lokalen Schmerzmittel oder Hyaluronsäure eingesetzt werden um die Beschwerden zu reduzieren.

## Knieschonende Sportarten

- › Schwimmen
- › Radfahren
- › Nordic Walking
- › Wandern
- › Crosstrainer
- › Aquajogging
- › Wassergymnastik
- › Yoga & Pilates
- › Aerobic
- › Zumba



Für einen Therapieerfolg ist eine schnelle Mobilisierung wichtig. Das beginnt schon kurz nach einem operativen Eingriff.

## OPERATIVE THERAPIEMÖGLICHKEITEN

### ARTHROSKOPIE

Bei fortgeschrittenen Schädigungen kann eine Arthroskopie sinnvoll sein. Bei diesem schonenden, minimal-invasiven Eingriff entfernen die Operateure die Gelenkknorpelfragmente und glätten die verbleibenden Oberflächen. Diese Operation kann die Schmerzen reduzieren und den Gelenkersatz hinauszögern.

### UMSTELLUNGSOSTEOTOMIE (HTO, DFO)

Wenn Patienten eine mittelgradige Arthrose im Kniegelenk haben, kann eine Ursache eine Achsfehlstellung des Ober- oder Unterschenkels sein. Dabei weicht die Beinachse von der normalen Anatomie ab. Je nach Art der Achsabweichung spricht man entweder von Varus- oder Valgusdeformität. Durch die Achsfehlstellung kommt es zu einer unphysiologischen Belastung des Kniegelenks entweder auf der Außen- oder Innenseite.

Mittels einer achskorrigierenden Umstellung des Ober- bzw. Unterschenkelknochens kann die Fehlstellung behoben und eine physiologi-

sche Belastung des Kniegelenks wieder erzielt werden. Das vorher weniger belastete Knorpelareal des Gelenkinneren übernimmt nun die Funktion – das schmerzhafte, arthrotisch veränderte Areal wird entlastet. Dabei wird der Knochen osteotomiert, also in die richtige Achse geführt und mittels einer Osteosynthese (Nagel oder Platte) stabilisiert.

Der Vorteil dieses Operationsverfahrens ist, bei noch nicht fortgeschrittener Arthrose, der Erhalt des Gelenks. Die Nachbehandlung dauert in der Regel 8-12 Wochen an Unterarmgehstützen unter einer Teilbelastung des operierten Beines.

# OSTEONEKROSE

Bei der Osteonekrose werden Teile der Knochen im Kniegelenk nicht mehr richtig durchblutet und sterben ab. Eine frühzeitige Behandlung ist wichtig, um im weiteren Verlauf eine Arthrose zu vermeiden.

## URSACHEN FÜR EINE OSTEONEKROSE

Bei der Osteonekrose des Kniegelenks kommt es zu einem örtlich begrenzten Absterben von Knochengewebe unterhalb des Gelenkknorpels – der Nekroseherd ist von der Blutversorgung abgeschnitten. Die lokalisierte Nekrose kommt am Kniegelenk im Jugendalter (Osteochondrosis dissecans) oder im Erwachsenenalter als segmentale Nekrose des Oberschenkelknochens (Nekrose des Femurkondylus) vor.

Die primäre Ursache der Osteonekrose ist nicht bekannt. Es gibt aber eine Reihe sekundärer Ursachen wie Rauchen oder übermäßigen Alkoholkonsum, die eine Osteonekrose begünstigen können. Auch eine Überbelastung oder eine langwierige Kortisoneinnahme können zu dieser Gelenkerkrankung führen.

## OHNE BEHANDLUNG FOLGT EINE GONARTHROSE

Bei Abstoßung des Nekroseherdes in das Gelenk entstehen freie Gelenkkörper, die schmerzhafte Einklemmungserscheinungen bei Bewegung des Kniegelenks verursachen können. Defekte an der Gelenkfläche führen zu Schmerzen und Schwellungen, im weiteren Verlauf und ohne Behandlung entsteht auch hier im Erwachsenenalter eine Gonarthrose.

## DIE VORSTUFE: KNOCHENMARKÖDEM

Klassische Symptome der Osteonekrose sind daher auch die Schmerzen. Das Röntgenbild liefert in der Regel hier nur wenig Aufschluss über eine mögliche Nekrose am Kniegelenk. Deshalb ist zur sicheren Diagnose ein MRT nötig.

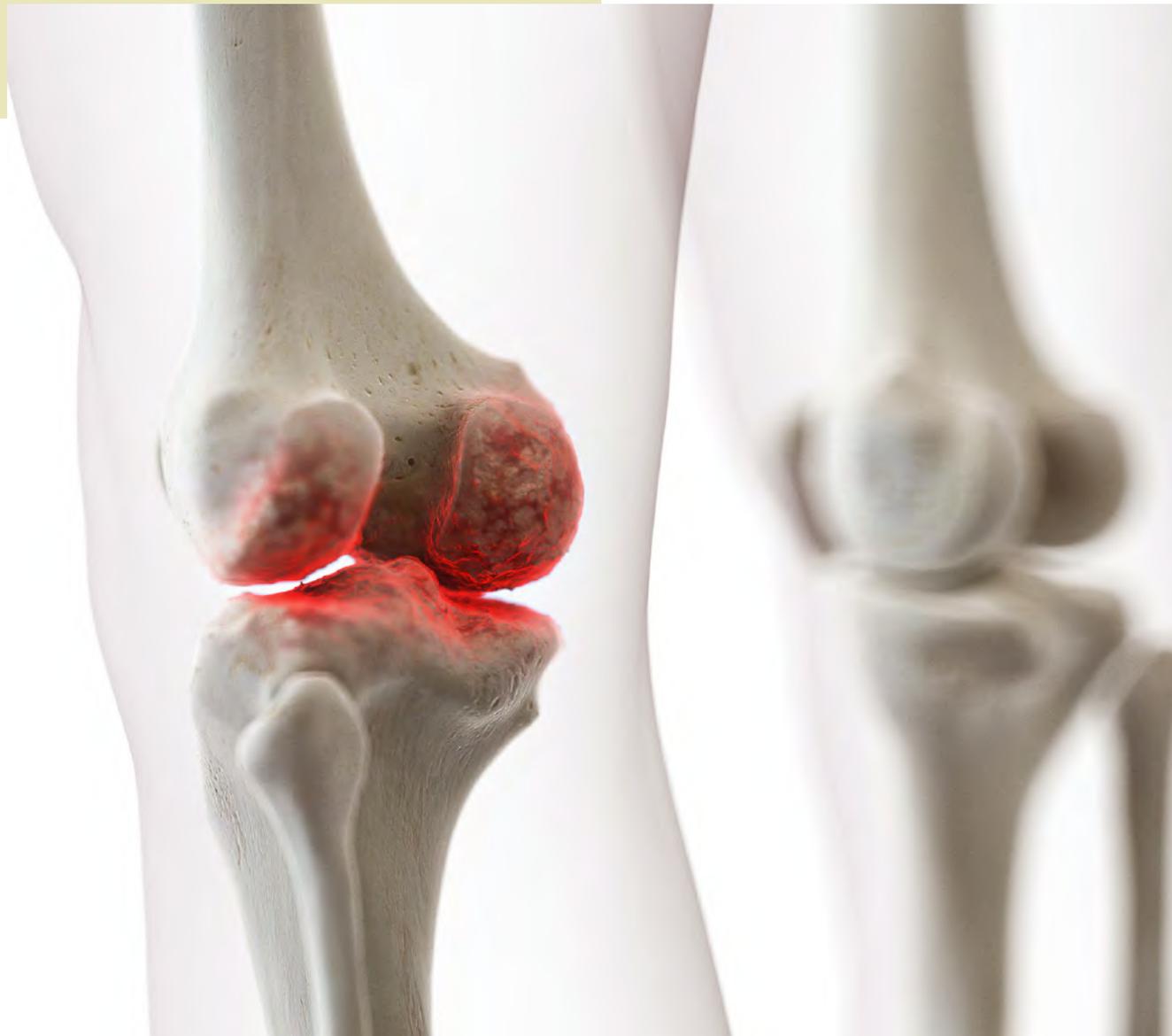
Beim MRT ist auch die Vorstufe der Osteonekrose, das sogenannte Knochenmarködem, erkennbar. Hierbei handelt es sich um eine Flüssigkeitsansammlung im Knochen. Wird ein solches Knochenmarködem festgestellt, sollte es rasch behandelt werden, um der Entstehung einer Osteonekrose vorzubeugen.

## BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

Wenn eine Osteonekrose diagnostiziert wird, ist es wichtig, das Gelenk nur noch teilzubelasten. Das kann durch Unterarmgehstützen erfolgen oder durch spezielle Orthesen zur Entlastung des Kniegelenks. Auch eine medikamentöse Behandlung gehört zu den möglichen Therapiemaßnahmen.

Je nach Ausmaß der Gelenkschädigung schlagen die Mediziner gelenkerhaltende Methoden wie die Anbohrung und Refixierung des ausgelösten Knochenfragments oder Knorpel- bzw. Knochen transplantationen vor.

Im Erwachsenenalter und Spätstadium muss der Einsatz eines künstlichen Kniegelenks erwogen werden.



## Das 7-fache

des eigenen Körpergewichts – einer so großen Belastung müssen die Kniegelenke bei einer einfachen Kniebeuge standhalten. Bei Sportarten wie Skifahren oder Laufen ist die Beanspruchung noch höher. Die Knie sind die meist beanspruchten Gelenke des Körpers.

# DAS KÜNSTLICHE KNIEGELENK

Der Einsatz eines künstlichen Kniegelenks ist am Deutschen Zentrum für Orthopädie ein nach modernsten Standards ausgeführter und auf den Patienten individuell abgestimmter Eingriff.

## EXPERTEN DER ENDOPROTHETIK

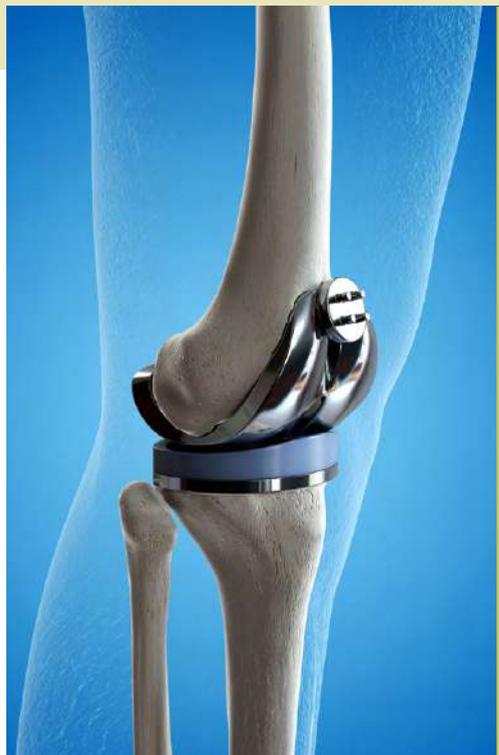
Die Fallzahl von über 1.500 Implantationen von Knieprothesen pro Jahr spricht für eine hohe Expertise und Erfahrung und ist außergewöhnlich in ganz Deutschland. Zudem sind wir „Offizielles Kniezentrum der Deutschen Kniegesellschaft“.

Je nach vorausgegangenem Schädigungsgrad und Fehlstellung des Kniegelenks kommen heutzutage verschiedene gelenkerhaltende (korrigierende Knochenumstellungen des Ober- oder/und Unterschenkelknochens) und gelenkersetzende (Teil- oder Vollprothesen) Verfahren zum Einsatz.

Alle Eingriffe am Kniegelenk werden am Deutschen Zentrum für Orthopädie vor der Operation am Computer geplant und können zusätzlich mittels eines intraoperativen Navigationssystems durchgeführt werden.

## REVISIONSENDOPROTHETIK

Knieprothesen stellen die Geh- und Bewegungsfähigkeit der Patienten wieder her, geben den Menschen Lebensqualität zurück und halten nicht selten über 20 Jahre. Patienten mit einer Knieprothese schätzen in der Regel die Vorteile, die die Implantation des Kunstgelenks mit sich gebracht hat: Schmerzfreiheit, Rückkehr der Beweglichkeit, höhere Mobilität. Lassen diese



Annehmlichkeiten nach, muss die Prothese häufig ausgetauscht werden. Die Spezialisten am Deutschen Zentrum für Orthopädie sind äußerst erfahren auf diesem Gebiet und auch Experten auf dem Gebiet der periprothetischen Infektionen, die neben dem altersbedingten Verschleiß der Prothesen zu den häufigsten Ursachen für einen Wechsel gehören.



# PROTHESENTYPEN

Auf dem Gebiet der Endoprothetik hat die Wissenschaft in den letzten Jahren enorme Fortschritte gemacht. Die verschiedenen Prothesentypen stellen die Schmerzfreiheit, Geh- und Bewegungsfähigkeit des Patienten wieder zuverlässig her. „Standzeiten“ von über 20 Jahren sind keine Seltenheit mehr.



**Dr. Markus Heinecke**  
Departmentleiter Knie  
am Deutschen Zentrum  
für Orthopädie

## TEILGEKOPPELTE UND VOLLGEKOPPELTE ENDOPROTHESEN

Bei Instabilität der Seitenbänder kommen Prothesen mit verschiedenen Varianten der Koppelung zwischen Oberschenkel- und Unterschenkelimplantat zur Anwendung. Wenn die Seitenbänder noch vorhanden aber in ihrer Funktion schon eingeschränkt sind, kann man eine teilgekoppelte Knieprothese implantieren. Durch einen breiteren Zapfen des Kunststoffinlays werden die Seitenbänder für eine ausreichende Stabilität des Gelenks zusätzlich unterstützt.

### MEDIALE ODER LATERALE SCHLITTENPROTHESE

Wenn nur eine Seite/ein Teil des Gelenks beschädigt ist und alle Kniegelenksbänder noch erhalten sind, wird nur auf der Innen- oder Außenseite des Kniegelenks eine Teilprothese (Schlittende- prothese, unikondyläre Endoprothese) implantiert. Der Vorteil: Die gesunden Bereiche des Knies und auch die Kreuzbänder bleiben erhalten und der Patient bemerkt in der Regel diese Form der Prothese nicht.



### OBERFLÄCHEN- ERSATZPROTHESE

Ist das gesamte Kniegelenk erkrankt, wird eine bicondyläre Oberflächenprothese verwendet. Dabei ersetzen die Operateure die gesamte Oberfläche des Kniegelenks am Ober- und Unterschenkelknochen. Die Seitenbänder müssen intakt sein und werden geschont. Je nach Funktionsfähigkeit und Stabilität des hinteren Kreuzbandes können das hintere Kreuzband erhaltende (CR) oder das hintere Kreuzband ersetzende (PS) Prothesen eingesetzt werden. Die Kniescheibe bleibt erhalten, nur die Rückfläche kann bei Bedarf ersetzt werden.

# NACHSORGE UND REHA

Voraussetzung für eine gute Beweglichkeit des neuen Kniegelenks ist eine frühe Bewegungstherapie und eine optimale Nachsorge. Mit der neuen Orthopädischen Rehaklinik der Waldkliniken Eisenberg bieten wir Ihnen seit 2024 den vollständigen Genesungsprozess aus einer Hand und an einem Ort an.



## OPTIMALE NACHSORGE AN DER ORTHOPÄDISCHEN REHAKLINIK

Unser Ziel ist es, die Bewegungsfähigkeit und Belastbarkeit Ihres Knies so schnell wie möglich wiederherzustellen. Die Nachsorge beginnt deshalb bereits unmittelbar nach der Operation mit Bewegungsübungen durch unsere erfahrenen Physiotherapeuten und einer Motorschiene für eine schonende passive Mobilisation.

Mediziner und Therapeuten der Waldkliniken Eisenberg werden künftig mit den Experten unserer Orthopädischen Rehaklinik Hand in Hand arbeiten. Der Vorteil: Zu Beginn der Reha kennt das jeweilige Bezugstherapeutenteam bereits die Genesungsfortschritte des ihm anvertrauten Patienten und kann seine Therapie für einen optimalen Genesungsprozess individuell planen und abstimmen.

Meist können unsere Patienten schon am zweiten Tag nach der Knie-Operation mit Unterstützung eines Physiotherapeuten aufstehen und nach drei bis vier Tagen selbstständig mit Gehstützen die ersten Schritte gehen. Die nächsten vier bis sechs Wochen sind sie auf diese Hilfsmittel angewiesen. Das operierte Kniegelenk sollte in dieser Phase noch geschont werden.

## MEHR ZEIT FÜR IHREN THERAPIE-ERFOLG

Nach etwa sieben Tagen kann der Patient nach Hause zurückkehren oder eine Rehabilitationseinrichtung besuchen. An unserer neuen Orthopädischen Rehaklinik knüpfen wir dabei künftig an die jeweiligen Genesungsfortschritte nach der Knie-Operation an den Waldkliniken Eisenberg an.



Dafür werden unsere Reha-Experten und Physiotherapeuten im Austausch mit den Behandlern der Waldkliniken Eisenberg stehen. Und Sie werden sich mehr Zeit für den Therapie-Erfolg nehmen: Statt wie üblich 20 Minuten werden Einzel-Therapie-Einheiten in unserer Orthopädischen Rehaklinik 30 Minuten dauern. So können sich unsere Therapeuten noch intensiver und gezielter um die rasche Genesung ihrer Patienten kümmern.

Mit unserer Orthopädischen Rehaklinik erweitern wir damit seit 2024, was wir an den Waldkliniken Eisenberg begonnen haben: Spitzenorthopädie, Innovation, höchste Leistungswille und die besondere Gastfreundschaft.

## TIPPS & TRICKS

Für gesunde, starke Kniegelenke ist Bewegung das A und O. Stoffwechsel und die Durchblutung des Kniegelenks profitieren von regelmäßigem Training.



## MUSKULATUR STÄRKEN

Eine gestärkte Muskulatur schützt vor Kniegelenksverletzungen und -erkrankungen. Das Kniegelenk kann Strapazen besser abfedern, die trainierte Muskulatur verleiht dem Gelenk Halt und Kraft.

Wer nicht gerne ins Fitness-Studio oder auf den Sportplatz geht, für den ist Aerobic oder Zumba eine echte Alternative. Die Kombination aus Fitness und Tanz stärkt Ausdauer sowie Kraft und fördert Beweglichkeit sowie Koordination. Dies kommt den Gelenken zugute.



## GESUNDES KÖRPERGEWICHT

Starkes Übergewicht ist ein wesentlicher Risikofaktor für Arthrose und andere Kniebeschwerden. Jedes verlorene Kilo entlastet das Knie, die Bänder, Kapseln und Knorpel. Zudem senken Sie Ihr Diabetesrisiko.

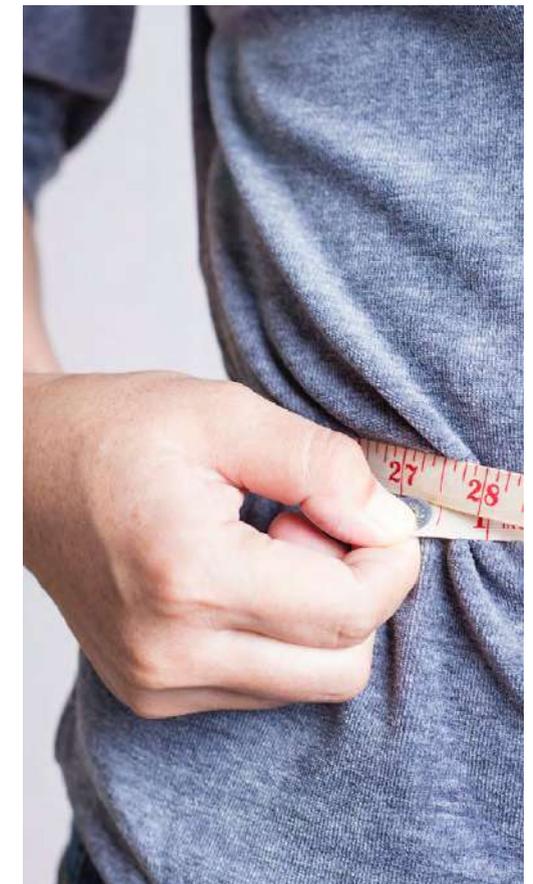
## FLACHE SCHUHE

Hohe Schuhe und High Heels erschweren das Durchstrecken der Gelenke. Schuhe mit weicher, flacher Sohle dämpfen Erschütterungen beim Gehen und sind schonender für die Gelenke.

## KLEINIGKEITEN IM ALLTAG

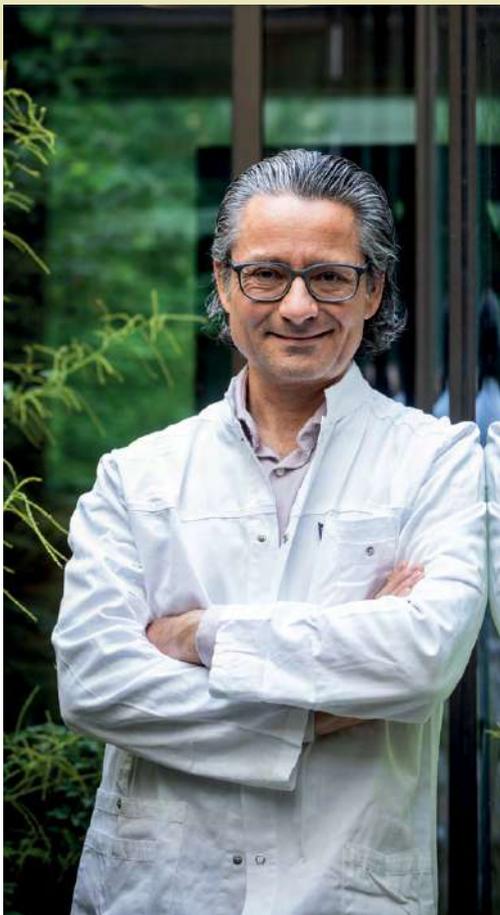
Wie wäre es damit, öfter mal die Treppe zu steigen, anstatt den Aufzug zu nutzen? Auch sehr langes Sitzen im Auto, Büro oder Sessel belastet die Knorpelschicht dauerhaft auf einer Stelle.

Damit Sie das Risiko für einen Knorpelschaden minimieren, sollten Sie aktiv werden: Ändern Sie Ihre Sitzposition mehrmals, stehen Sie ab und zu auf und gehen Sie ein paar Schritte. Auch langes Stehen belastet die Knie. Stehen Sie dynamisch und wechseln Sie auch hier öfter mal die Position.



## SPEZIALISTEN

Mit der Professur für Orthopädie der Medizinischen Fakultät der Friedrich-Schiller-Universität Jena sind die Waldkliniken die einzige universitäre Orthopädie in Thüringen. Unsere Experten sind unmittelbar am Puls der Forschung. Wissenschaft, Lehre und allerhöchste evidenzbasierte medizinische Versorgung sind damit unter einem Dach vereint.



### UNIV.-PROF. DR. GEORG MATZIOLIS

*Ärztlicher Direktor, Chefarzt*

Univ.-Prof. Dr. Georg Matziolis ist Chefarzt am Deutschen Zentrum für Orthopädie und einer der besten Orthopäden Deutschlands. Seine klinischen Schwerpunkte sind die Endoprothetik des Knie- und Hüftgelenks. Seit nahezu 15 Jahren wird er in der Ärzteliste des „FOCUS Gesundheit“ geführt und gehört dort zur Elite seines Fachgebietes „Kniechirurgie“.

Prof. Matziolis ist Inhaber der Professur für Orthopädie des Universitätsklinikums Jena und mit seinen Forschungsergebnissen immer wieder ein gefragter Redner auf nationalen und internationalen Kongressen.



### DR. MARKUS HEINECKE

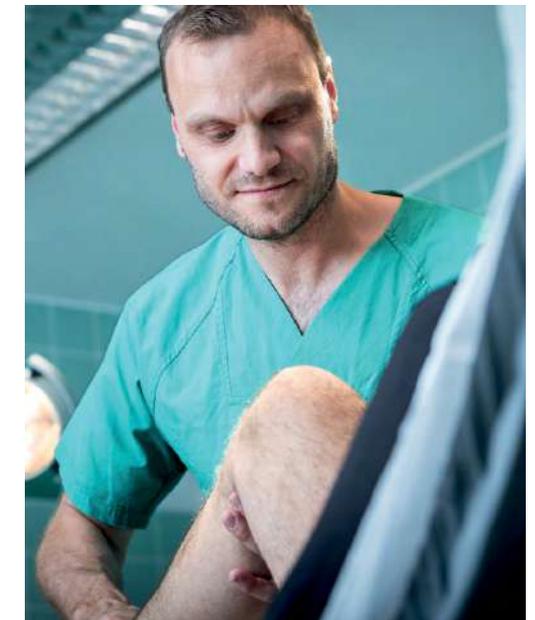
*Departmentleiter Knie*

Dr. Markus Heinecke ist Spezialist auf dem Gebiet der Behandlung von Verschleißerkrankungen und Deformitäten des Kniegelenkes sowie der Revisionsendoprothetik. Als Oberarzt und Departmentleiter Knie am Deutschen Zentrum für Orthopädie an den Waldkliniken Eisenberg gehört er im Bereich der Endoprothetik und gelenkerhaltenen Therapie zu den Experten in Deutschland. Gemeinsam mit seinem Team arbeitet Dr. Heinecke immer weiter an neuen operativen Standards im Bereich der Knie-Endoprothetik, um die guten klinischen und funktionellen Ergebnisse weiter zu steigern. Diese Philosophie ist die Grundlage für eine bestmögliche Genesung der Patienten.

### WAS TUN, WENN DAS KNIE SCHMERZT?

Oft ist die Ursache von Knieschmerzen harmlos. Ist das Gelenk jedoch geschwollen, die Bewegung stark eingeschränkt oder lassen die Schmerzen nicht nach, sollte sich das ein Arzt anschauen. Erster Ansprechpartner ist der Hausarzt, Betroffene können aber auch direkt zum Spezialisten gehen.

Einen Termin in unserer Knie-Ambulanz können Sie auf unserer Website [www.waldkliniken-eisenberg.de](http://www.waldkliniken-eisenberg.de), unter Telefon 036691 8-1602 oder via Mail an [ambulanz@waldkliniken-eisenberg.de](mailto:ambulanz@waldkliniken-eisenberg.de) vereinbaren.



# DER NEUBAU

Mit unserem Neubau schlagen wir ein neues Kapitel in der deutschen Krankenhausgeschichte auf. Erstmals vereint eine Klinik höchste Aufenthaltsqualität mit dem Komfort eines Sterne-Hotels – für Patienten aller Krankenkassen.



## HOSPITECTURE

Mit dem Konzept der „Hospitecture“ hat Architekt Matteo Thun die Grundidee des Neubaus vollumfänglich auf die ganzheitlichen Anforderungen der Patienten ausgerichtet. Durch die Verbindung von Gastfreundschaft, medizinischer sowie pflegerischer Exzellenz und zukunftsweiser Architektur werden die Patienten nicht nur in das Zentrum aller Konzepte und Arbeiten gestellt.

Patienten werden in diesem Haus vor allem auch als Gäste (Lateinisch „Hospes“) verstanden,

empfangen und versorgt. Als Gäste, die neben ihren medizinischen Sorgen, Problemen und Themen auch Bedürfnisse, Erwartungen und Wünsche an ihren Aufenthalt haben.

Mit hochwertigsten und natürlichen Materialien, großartiger Ausstattung, herausragenden Services und einem umfassenden Angebot an Dienstleistungen fühlt sich Ihr Aufenthalt in den Waldkliniken an wie der Aufenthalt in einem Hotel.



# HERZLICH WILLKOMMEN

So wenig wie möglich soll in den Waldkliniken Eisenberg an ein Krankenhaus erinnern. Das beginnt schon bei der Ankunft in unserem Haus. Aus Patienten werden bei uns willkommene Gäste.

Gäste nimmt man nicht auf, man heißt sie willkommen. Denn wir sind sicher: Schon die ersten Sekunden entscheiden, ob sich unsere Gäste wohlfühlen. Wir haben daher unseren „Check-in“ und das „Boarding“ an den Hotel- und Tourisusbereich angelehnt.

In unserer Lobby empfängt Sie ein hotelähnlicher Empfangstresen. Hier begrüßen wir unsere Gäste und geben Hinweise für ihren Aufenthalt. Die medizinische Aufnahme findet meist pre-stationär, also ein paar Tage vor der geplanten Operation, statt. In aller Ruhe und mit genug Zeit für Ihre Fragen.

Der eigentliche Aufenthalt beginnt dann in der Boarding Station, in der unsere orthopädische Gäste auch ihre Nacht vor der Operation verbringen.



## Zahlen zum Neubau

- › 16.500 m<sup>2</sup> umfasst die begehbare Fläche.
- › 6 Etagen hat unser neues Gebäude insgesamt.
- › 128 Bettenzimmer mit 246 Betten hat das Haus.
- › 1.500 Eichenblätter, das Logo der Waldkliniken, finden sich im ganzen Haus.
- › 52 Wintergärten gibt es im Neubau.



# HEALING ARCHITECTURE

Wer sich in seiner Umgebung wohl und willkommen fühlt, der wird schneller wieder gesund. Das ist der Grundgedanke der „Healing Architecture“, der heilenden Architektur unseres Hauses.



Unser Neubau überzeugt nicht nur durch seine architektonische Klasse, Komfort und Service. Das Gebäude unterstützt im Sinne der „Healing Architecture“ tatsächlich die Gesundung der Patienten. So hat jedes Patientenzimmer, durch die runde Form des Neubaus, direkte Aussicht auf die das Krankenhaus umgebende Natur.

Dies ist ein nachweislich genesungsfördernder Faktor, so Univ.-Prof. Georg Matziolis, Ärztlicher Direktor der Waldkliniken Eisenberg: „Es gibt wissenschaftliche Hinweise darauf, dass Patienten mit einem direkten Blick auf die Natur und speziell in den Wald ein stärkeres

Immunsystem besitzen und nach Operationen weniger Schmerzmittel benötigen. Dies nutzen wir jetzt im Neubau noch stärker für unsere Patienten.“

Auch die Einstellung der Patienten zu ihrem Aufenthalt im Krankenhaus wird stark von der Architektur und dem Ambiente des Hauses beeinflusst – und wirkt sich massiv auf die Genesungsprozesse aus: Die Verwendung von natürlichen Materialien, die erstklassige Ausstattung und die hohe Qualität der Architektur verbessern das „Mind-Set“ der Patienten und leisten so einen direkten Beitrag zu einer besseren Genesung.

# SO VIEL MEHR ALS KRANKENHAUS-KÜCHE

Ein Feuer prasselt im Kamin, es duftet nach frisch gebackenem Brot, an den Tischen plaudern die Gäste und genießen unbeschwerte Augenblicke bei einem Espresso oder einem leckeren Gericht. Klingt wie Hotel. Sieht auch so aus. Fühlt sich auch so an. Ist aber das Gastronomie-Angebot der Waldkliniken Eisenberg. Und auch davon nur ein Teil.



## PATIENTENRESTAURANT „PIAZZA“

Unmittelbar hinter der Lobby empfängt unser Patientenrestaurant „Piazza“ seine Gäste. Mit 50 barrierefreien Sitzplätzen, individuellem Design, hochwertiger Einrichtung und aktuellen und saisonalen Angeboten hat das Piazza mit einer Krankenhaus-Kantine rein gar nichts gemein. Dazu trägt auch die Bestuhlung im Innenhof bei.

Patienten unseres Hauses, die mobil genug sind, genießen hier ihr Mittag- und Abendessen. Wer in seiner Mobilität – zum Beispiel nach einer Operation – stark eingeschränkt ist, wird natürlich auf seinem Zimmer versorgt.



## LOBBY-BAR

Für entspannende Momente bei einer leckeren Kaffee-Spezialität sind Sie in unserer Lobby-Bar genau richtig. Direkt am Haupteingang und neben unserem Heimatladen nehmen Sie sich hier eine genussvolle Auszeit.



## GÄSTE- UND MITARBEITER-RESTAURANT „BISTRO“

Links vom Haupteingang finden Sie unser Gäste- und Mitarbeiter-Restaurant „Bistro“. Mit einer ausgewogenen Auswahl an kleinen und großen Speisen sind hier zum Mittagstisch Mitarbeiter und Besucher herzlich willkommen.

# LEVEL 5: DAS FÜNF-STERNE-ERLEBNIS IN DER KLINIK

Die Waldkliniken Eisenberg bieten ihren Patienten, egal welcher Krankenkasse sie angehören, den Komfort eines Sternehotels an. Doch es geht noch exklusiver. Level 5 heißt die Komfortstation, auf der Wahlleistungspatienten und Selbstzahler zusätzliche Annehmlichkeiten und Extras geboten bekommen. Die DEHOGA Thüringen zertifizierte die Waldkliniken Eisenberg für ihre besondere Gastfreundschaft nach höchsten deutschen Hotelstandards mit 4 Sternen (allgemeine Stationen) beziehungsweise 5 Sternen (Level 5).



Stellen Sie sich vor, wie es wäre, wenn ein Krankenhaus wie ein Hotel für Sie sein könnte: Sie reisen mit Ihrem Auto an, unser Concierge begrüßt Sie persönlich, parkt Ihren Pkw für Sie und führt Sie in das Level 5, unsere Komfortstation. Bei einem Espresso erklärt Ihnen unser Concierge alles zu Ihrem Aufenthalt. Dann erwartet Sie Ihr Zimmer – außergewöhnlich in jeder Hinsicht! „Ist das wirklich ein Krankenhaus oder ein Hotel?“, werden Sie sich vielleicht fragen. Und wir würden antworten: „Es ist beides! Es ist unser Level 5!“

Die Waldkliniken Eisenberg erfüllen höchste medizinische Standards. Wir wollen aber nicht, dass Sie auf Ihre persönlichen Standards verzichten müssen. Deshalb bieten wir Ihnen an, Ihre Aufenthaltsqualität noch weiter zu erhöhen. Dafür haben wir unsere Komfortstation wie ein hochklassiges Hotel gedacht und umgesetzt. Und dafür haben wir auch den 5-Sterne-Hotelstandard der DEHOGA erhalten. Eine Auszeichnung, die unser Haus einmal mehr einmalig macht – und die Ihnen als Gast einen ganz besonderen Aufenthalt beschert.

Der international renommierte und preisgekrönte Architekt Matteo Thun hat nicht nur unser Gebäu-

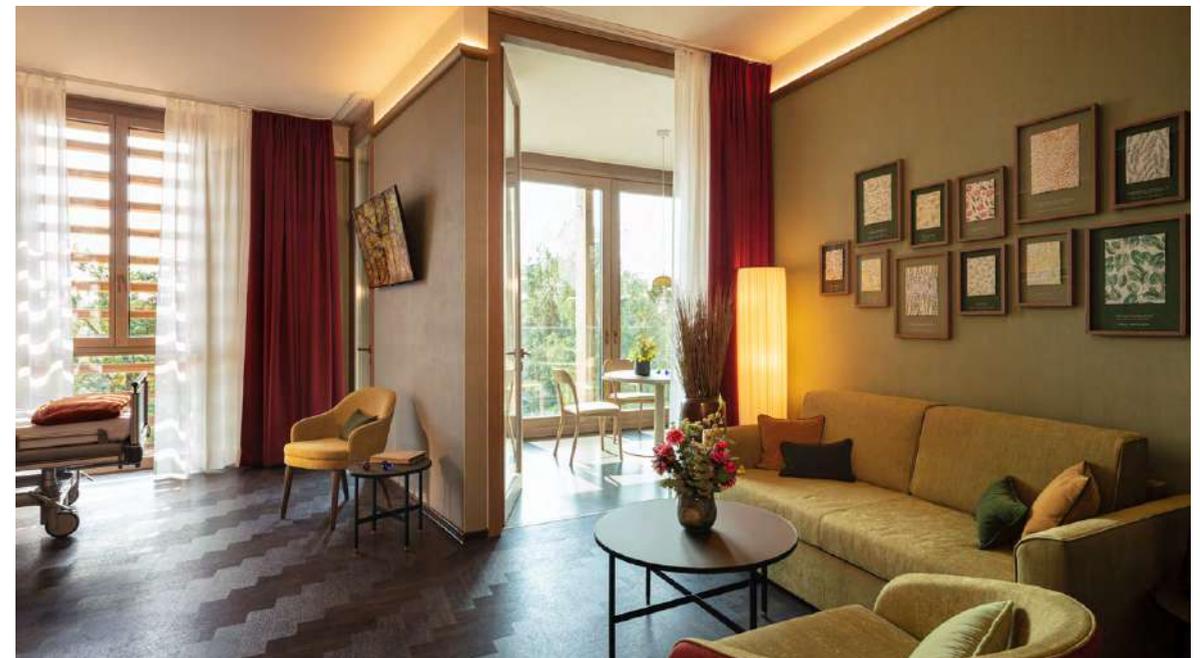
de entworfen und designed, sondern auch die Level 5-Zimmer: mit eigens für unsere Station gestalteten und hergestellten Möbeln, mit individuellen Tapeten und hochwertigen Stoffen – und mit einem Raumkonzept, das Sie so nur von Hotels kennen.

Die besondere Atmosphäre Ihres Zimmers wird komplettiert durch die Matteo Thun-Aquarelle, hochwertige Accessoires, Blumen und erstklassige TV-Geräte, auf denen Sie kontinuierlich die wichtigsten Informationen zu Ihrem Aufenthalt erhalten – und mit denen Sie selbstverständlich Zugriff auf eine umfangreiche Mediathek und Streamingdienste haben.

„Mit dem Level 5 unseres Hauses wollen wir allerhöchsten Ansprüchen unserer Patienten gerecht werden. Deshalb bieten wir hier eine ganze Reihe außergewöhnlicher Extras und Dienstleistungen an, die das ohnehin schon hohe Niveau unserer Standardzimmer noch um einiges übertreffen. Der Aufenthalt in unserem Haus wird so zu einem einzigartigen und besonderen Erlebnis“, sagt Alexander Mayrhofer, Gastgeber der Komfortstation.



Das Level 5 bietet höchsten Komfort, nicht nur auf den Zimmern. Im Restaurant Matteo (links) kommen Feinschmecker auf ihre Kosten.



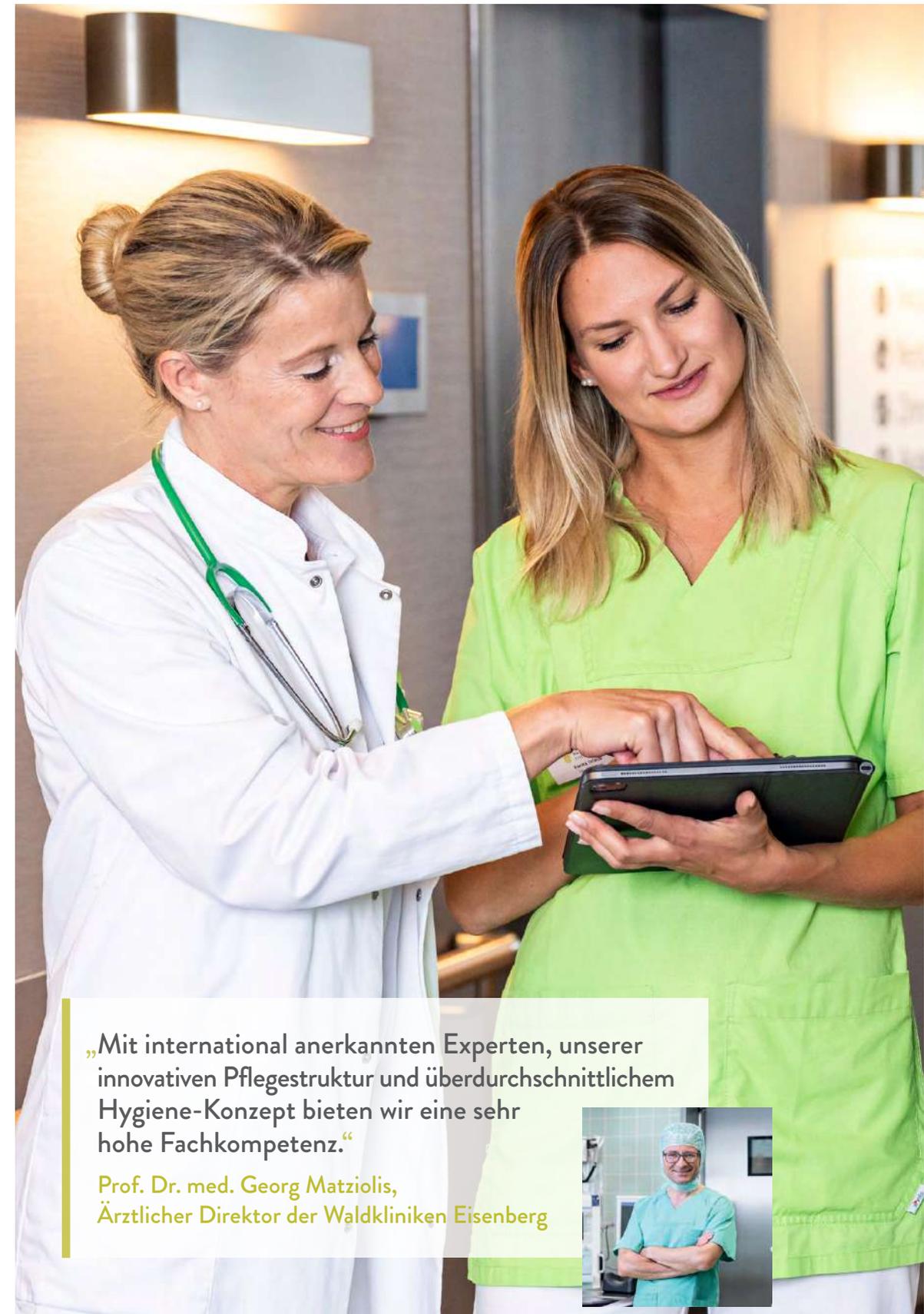
# AUSGEZEICHNETE SPITZENMEDIZIN

Auf Basis unserer evidenzbasierten Medizin haben wir das höchste Level an den Waldkliniken Eisenberg erreicht. Seit 2019 wurden wir vom F.A.Z.-Institut in der Studie „Deutschlands beste Klinik“ in der Kategorie 15-300 Betten stets in den TOP 10 geführt. Laut AOK-Gesundheitsnavigator gehören wir zu den zehn besten Kliniken für Knieoperationen in Deutschland.

## DER PATIENT IM MITTELPUNKT

An den Waldkliniken Eisenberg funktioniert das Wechselspiel von Forschung und Praxis. Wir punkten mit einer niedrigen Infektions- sowie Komplikationsrate und deutschlandweit einzigartigen Maßnahmen in puncto Patientensicherheit.

Mit unserer Herangehensweise verfolgen wir ein Ziel: die Steigerung Ihrer Lebensqualität.



„Mit international anerkannten Experten, unserer innovativen Pflegestruktur und überdurchschnittlichem Hygiene-Konzept bieten wir eine sehr hohe Fachkompetenz.“

Prof. Dr. med. Georg Matziolis,  
Ärztlicher Direktor der Waldkliniken Eisenberg



## SPRECHZEITEN & KONTAKT

Das Deutsche Zentrum für Orthopädie gehört zu den international führenden Endoprothesen-Zentren. Diese umfassende und langjährige Praxis kommt unseren Patienten auch in der Endoprothesen-Sprechstunde zu Gute.

### WIR SIND OFFIZIELLE ZWEITMEINUNGSKLINIK

#### SPRECHSTUNDE:

Jeden Freitag

#### TERMIN VEREINBAREN:

Telefon: 036691 8-1602

[ambulanz@waldkliniken-eisenberg.de](mailto:ambulanz@waldkliniken-eisenberg.de)

#### WALDKLINIKEN EISENBERG GMBH

Klosterlausnitzer Straße 81

D-07607 Eisenberg

Telefon: 0366918-0

Fax: 036691 8-1125

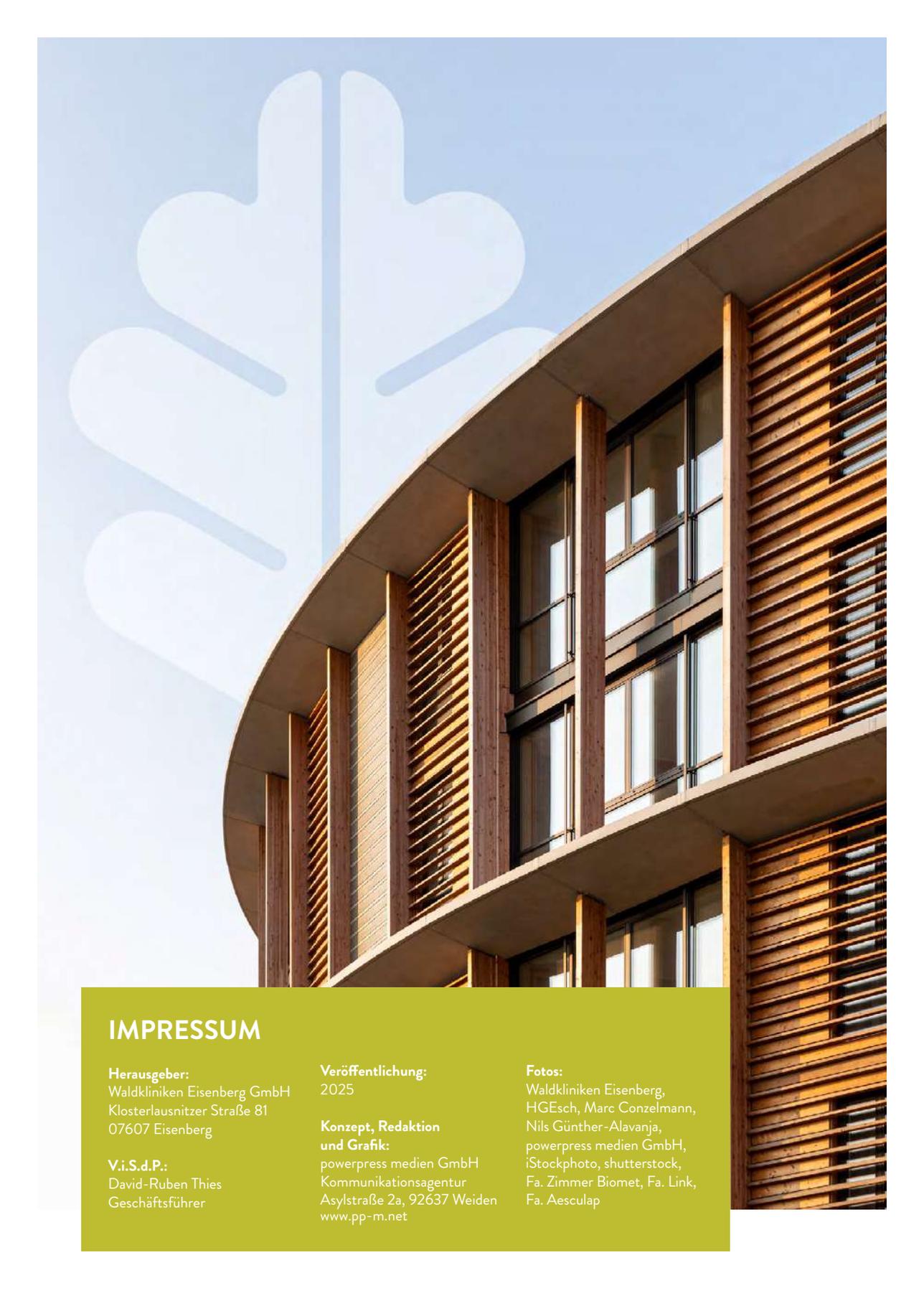
[info@waldkliniken-eisenberg.de](mailto:info@waldkliniken-eisenberg.de)

[www.waldkliniken-eisenberg.de](http://www.waldkliniken-eisenberg.de)

Alle Informationen zu den Therapien am Deutschen Zentrum für Orthopädie finden sie unter:

› [www.deutsches-zentrum-fuer-orthopaedie.de](http://www.deutsches-zentrum-fuer-orthopaedie.de)





## IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Waldkliniken Eisenberg GmbH  
Klosterlausnitzer Straße 81  
07607 Eisenberg

**V.i.S.d.P.:**  
David-Ruben Thies  
Geschäftsführer

**Veröffentlichung:**  
2025

**Konzept, Redaktion  
und Grafik:**  
powerpress medien GmbH  
Kommunikationsagentur  
Asylstraße 2a, 92637 Weiden  
[www.pp-m.net](http://www.pp-m.net)

**Fotos:**  
Waldkliniken Eisenberg,  
HGEsch, Marc Conzelmann,  
Nils Günther-Alavanja,  
powerpress medien GmbH,  
iStockphoto, shutterstock,  
Fa. Zimmer Biomet, Fa. Link,  
Fa. Aesculap