

Ganglion (Überbein) sind die häufigsten, gutartigen Schwellungen im Bereich des Handgelenkes und der Hand. Dabei gehen Ganglien von der Gelenkkapsel und/oder der Sehnenscheide aus. Es handelt sich dabei um sackförmige Gebilde mit einem Stiel, der sie mit einer Gelenkkapsel oder einer Sehnenscheide verbindet. Ganglien sind immer gutartig.

## Ursachen:

Eine eindeutige Ursache kann nicht angegeben werden, diskutiert werden Verletzungen, Verschleißerscheinungen oder anlagebedingte lokale Schwachstellen der Gelenkkapsel oder der Sehnenscheiden.

## Symptome:

Je nach Lokalisation und Größe können unterschiedliche Beschwerden auftreten. Die Schmerzen können unabhängig von der Größe (auch kleine Ganglien können weh tun) auftreten. Nicht selten ist der Schmerz das erste Zeichen eines noch nicht sichtbaren Ganglions. Das Ringband-Ganglion ist eher klein. In der Regel nicht über 1 cm. Schmerzen sind typisch. Häufig ist es ein Druckschmerz beim Greifen. Die Mukuszyste ist in der Regel 0,5-1 cm groß. Die Schmerzen sind unabhängig von der Größe des Ganglions. Meist ist der Schmerz jedoch begründet in der ursächlichen Arthrose des Fingerendgelenkes. Je nach Lage der Zyste zur Nagelwurzel entsteht ein mehr oder weniger deutliches Nagelfehlwachstum.

Die Größe der Strecksehnenhygrome schwankt. Sie können jedoch wesentlich größer werden als Ganglien. Die Beschaffenheit ist im Gegensatz zu den Ganglien eher weich und elastisch.

In der Regel sichern die typische Vorgeschichte und die Untersuchung mit Feststellung der beschriebenen Symptome die Diagnose. Eine endgültige Diagnose ist nur durch die operative Entfernung mit einer anschließenden feingeweblichen Untersuchung möglich.

Eine Röntgenuntersuchung der betroffenen Region sind vor einer Operation erforderlich. Beim Rezidiv-Ganglion und auffälliger Röntgenaufnahme sowie atypischer Lokalisation ist eine MRT-Untersuchung erforderlich.

## Therapie:

**Konservativ:** Eine Punktion ist möglich und wird häufig durchgeführt. Aber in deutlich über 50 % der Fälle muss mit einem Wiederauftreten gerechnet werden. (Der Schlag mit der Bibel auf das Ganglion ist historisch).

**Operativ:** Die Indikation zur Operation besteht bei Schmerzen, Bewegungseinschränkung sowie einer kosmetischen Behinderung. Die Operation des Ganglions erfolgt in der Regel ambulant.

### Nachbehandlung:

Nach der Operation geht der Patient nach Hause. Die Finger, insbesondere der Daumen sollen bewegt, aber nicht belastet werden. Am 1. Tag nach der OP erfolgt der erste Verbandswechsel. Der Verband sollte 10 Tage getragen werden, dann erfolgt das Entfernen des Nahtmaterials.

Weitere 5 Tage nach dem Entfernen der Fäden erfolgt der Beginn der Narbenbehandlung: Narbe 4 – 5 x täglich mit Vaseline dünn einmassiert werden. Die Narbe wird dadurch weicher, weniger schmerzhaft und besser belastbar. In der Regel besteht 3 Wochen nach der OP wieder Arbeitsfähigkeit. Ein Rückgang der im Ganglienbereich verspürten Schmerzen kann in manchen Fällen (Arthrose) ausbleiben.

Narbenbeschwerden verschwinden weitgehend innerhalb der ersten 6 bis 8 Wochen. Ihren endgültigen Zustand hat die Narbe jedoch erst nach etwa 12 Monaten erreicht.