
Expertentipp

Lange Bizepssehne – „Blinddarm der Schulter“?

Dr. Alexander IrenbergerFacharzt für Orthopädie
& Traumatologie, Unfall-
chirurgie und Sporttrau-
matologie

Der Begriff „Blinddarm der Schulter“ wird in der Orthopädie und Unfallchirurgie verwendet, um die lange Bizepssehne zu beschreiben. Dieser Vergleich kommt daher, dass die Bizepssehne – ähnlich wie der Blinddarm im Bauch – eine Struktur ist, die oft zu Problemen führt und deren Funktion bei Erwachsenen nicht vollständig geklärt ist. Was wir aber wissen, ist, dass die Bizepssehne zur Stabilisierung des Schultergelenks beiträgt, insbesondere bei Überkopfbewegungen und Wurfbewegungen. Im Vergleich zu anderen Strukturen der Schulter ist sie weniger wichtig für den Alltag, weshalb sie manchmal als „überflüssig“ angesehen wird – ähnlich dem Blinddarm. Verletzungen, wie Einrisse oder Reizungen/Entzündungen der langen Bizepssehne, führen jedoch häufig zu Schulterschmerzen. Ein kompletter Sehnenriss kann durch plötzliche Belastung oder Abnützungsercheinungen entstehen. Dies führt oft zu einer Schwäche im Arm und zu einem „Popeye-Arm“, bei dem der Muskelbauch prominent hervorsticht. Durch eine Instabilität oder Begleitverletzungen ist es möglich, dass die Sehne aus ihrer Führung herausgleitet, was zu Schmerzen und einer eingeschränkten Funktion führen kann. Führt eine konservative Therapie nicht zum Erfolg, ist manchmal eine Operation nötig. Hierbei kann die Bizepssehne – analog zum Blinddarm – durchtrennt werden. In gewissen Fällen wird die Bizepssehne wieder fixiert, um eine Besserung der Beschwerden erreichen zu können.

**PRIVATKLINIK HOCHRUM**

SANATORIUM DER KREUZSCHWESTERN

Wählen Sie Ärzte Ihres Vertrauens.