

Pressemitteilung

Zahl der Krankenhausbehandlungen wegen Arthrose in Schleswig-Holstein angestiegen

AOK rät: Betroffene sollten aktiv und in Bewegung bleiben

Kiel, 6. August 2026

In Schleswig-Holstein ist die Zahl der Krankenhausbehandlungen wegen Arthrose weiter gestiegen. Das geht aus einer Auswertung der AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Statistischen Bundesamtes hervor. Danach wurden im Jahr 2024 insgesamt 18.829 gesetzlich Krankenversicherte wegen Coxarthrose am Hüftgelenk und Gonarthrose am Kniegelenk in Kliniken stationär aufgenommen. Das sind 7,9 Prozent mehr als noch ein Jahr zuvor (17.459) und 36 Prozent mehr als in 2021 (13.845). „Arthrose ist eine weit verbreitete, chronische Gelenkerkrankung. Sie ist zwar nicht heilbar, jedoch verläuft sie in der Regel langsam und lässt sich durch gezielte Bewegung, Gewichtsabnahme und Schmerztherapie positiv beeinflussen. Wichtig ist vor allem, dass Betroffene aktiv und in Bewegung bleiben“, sagt AOK-Vorstandsvorsitzender Tom Ackermann.

Hüft- und Kniegelenke von Gelenkverschleiß betroffen

Allein in Schleswig-Holstein waren 2024 insgesamt 222.900 Menschen ab 20 Jahren wegen einer Verschleißerkrankung im Knie- oder Hüftgelenk in ärztlicher Behandlung. Das geht aus dem aktuellen AOK-Gesundheitsatlas Deutschland des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDO) hervor, der die Zahlen standardisiert auf die Gesamtbevölkerung in Schleswig-Holstein hochrechnet. Danach wurde bei 79.800 Menschen im Norden die sogenannte

Coxarthrose, eine Gelenkerkrankung am Hüftgelenk, und bei 143.100 eine Gonarthrose am Kniegelenk diagnostiziert. Über 60 Prozent der Betroffenen waren Frauen. Insgesamt waren wegen Coxarthrose 47.400 Frauen und 32.400 Männer in ärztlicher Behandlung. Bei der Gonarthrose waren es 89.700 Frauen und 53.400 Männer.

Schleichende Erkrankung ab dem 50. Lebensjahr

Arthrose ist eine Verschleißerkrankung: Die schützende Knorpelschicht zwischen den Knochenenden baut sich allmählich ab, wird rau und zerfasert. Kleine Knorpelstückchen können sich ablösen - im Endstadium reibt Knochen auf Knochen. Die Knie- und Hüftgelenke sind besonders häufig von Arthrose betroffen, da sie im Laufe der Jahre bei vielen Menschen starken Belastungen ausgesetzt sind. Die Folgen sind Schmerzen, Steifigkeit und Einschränkungen in der Bewegung. In den meisten Fällen beginnt die Krankheit schleichend ab dem 30. Lebensjahr und nimmt ab dem 50. Lebensjahr bis zum 84. Lebensjahr deutlich zu. Zu den charakteristischen Symptomen zählen Gelenkschmerzen bei Bewegungsbeginn. Häufig verstärken sich Arthrose bedingte Anlaufschmerzen früher oder später, wenn die betroffenen Gelenke belastet werden. Geht der entstandene Belastungsschmerz in einen belastungsunabhängigen Schmerz über, so ist das ein eindeutiger Hinweis darauf, dass die Arthrose fortschreitet und sich der Gelenkknorpel abbaut.

Entzündungsprozesse eindämmen, in Bewegung bleiben

Viele Studien belegen, dass Bewegung und ein gezielter Muskelaufbau effektive Therapien bei Arthrose sind. Denn Bewegung kurbelt Stoffwechselprozesse an und verbraucht überschüssige Kalorien, bevor sie sich im Bauchfett anlagern. Und wer sich dazu auch noch abwechslungsreich mit viel Gemüse, Obst, Gewürzen, guten Fetten, Nüssen und Kräutern ernährt, der führt sich ausreichend sekundäre Pflanzenstoffe und wichtige Mineralien zu, die allesamt entzündungshemmend wirken. Lassen sich Schmerzen mit konservativen Therapien jedoch nicht mehr adäquat behandeln und wenn der Leidensdruck zu hoch ist, kann eine Operation helfen. Dabei wird zwischen gelenkerhaltenden und gelenkersetzenden Verfahren unterschieden. Die individuelle Vorgehensweise sollten Patientinnen und Patienten mit ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem Arzt besprechen.