

## Pressemitteilung

# Mehr stationäre Behandlungen wegen Arthrose in NRW

## Vor allem Hüft- und Kniegelenke von Gelenkverschleiß betroffen

Dortmund, 6. August 2026

In Nordrhein-Westfalen werden immer mehr Menschen wegen Arthrose im Krankenhaus behandelt. Vor allem sind die Hüft- und Kniegelenke betroffen. Das geht aus einer Auswertung der AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Statistischen Bundesamtes hervor. Danach wurden im Jahr 2024 insgesamt 90.643 gesetzlich Krankenversicherte wegen Coxarthrose am Hüftgelenk und Gonarthrose am Kniegelenk in Kliniken stationär behandelt. Das sind 5,3 Prozent mehr als noch ein Jahr zuvor (86.053) und über 30 Prozent mehr als in 2021 (68.290). „Arthrose zählt zu den häufigsten chronischen Krankheiten. Sie ist nicht heilbar, allerdings ist eine Änderung der Lebensweise ein maßgeblicher Schlüssel zur Linderung der Schmerzen. Mit bewusster Ernährung und maßvoller Bewegung gewinnen Patientinnen und Patienten deutlich mehr Lebensqualität. In vielen Fällen kann der Krankheitsverlauf mit konservativer, ambulanter Therapie sowie medikamentöser Behandlung positiv beeinflusst werden“, sagt AOK-Vorstandsvorsitzender Tom Ackermann.

### **Arthrose: wenn die Gelenke verschleißen**

Allein in Westfalen-Lippe waren 2024 insgesamt 770.400 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 Westfalen-Lippe hochrechnet. Danach wurde bei 251.400 Menschen in Westfalen-Lippe die sogenannte Coxarthrose, eine Gelenkerkrankung am Hüftgelenk, und bei 519.000 eine

Gonarthrose am Kniegelenk diagnostiziert. Über 60 Prozent der Betroffenen waren Frauen. Insgesamt waren wegen Coxarthrose 150.000 Frauen und 101.400 Männer in ärztlicher Behandlung. Bei der Gonarthrose waren es 330.500 Frauen und 188.500 Männer.

### **Schleichende Erkrankung**

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.

### **Effektive Therapie: Bewegung und gezielter Muskelaufbau helfen**

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. „So können Schmerzen nachhaltig gelindert und ein Gelenkersatz als letzter Ausweg hinausgeschoben oder sogar vermieden werden“, so Ackermann. 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.