

— EXPERTENTIPP —

## Woher kommt der Tennisellenbogen?

**Univ.-Doz. Mag. Dr. Rachbauer Franz, MAS,**  
Facharzt für Orthopädie und  
orthopädische Chirurgie  
Belegarzt in der  
Privatklinik Hochrum



**D**er Tennisellenbogen ist ein Reizzustand der speichenseitigen Unterarmmuskulatur. Diese Reizung entsteht durch Muskelüberbeanspruchung, z. B. durch falsche Technik bei Schlägersportarten. Daher der Name. Die Überbelastung kann auch durch Haushaltstätigkeiten und beim Heimwerken auftreten. In der Medizin wird gerne der Ausdruck Epicondylitis radialis verwendet, wenn auch eine eigentliche Entzündung nicht vorliegt. Typischerweise zeigen sich Druckschmerz über der Ellenbogenaußenseite und Dehnungsschmerz der dort entspringenden Muskeln. Wird der Muskulatur nicht ausreichend Zeit zur Erholung eingeräumt, werden die Beschwerden chronisch – ein Fall für den Orthopäden!

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG