

MERKE:

Weil bei einem Unfall häufig alle drei miteinander verbundenen Komponenten (= vorderes Kreuzband, medialer Meniskus, mediales Kollateralband) gleichzeitig zerstört werden, spricht man auch von der **unhappy triad**.

Das hintere Kreuzband ist frei und daher sehr viel beweglicher als das vordere. Das ist auch der Grund dafür, dass es sich bei Belastungen besser mitbewegen kann und daher nicht so schnell zerreißt - außer es war schon vorgeschädigt.

Übrigens...

Das gesamte Knie ist ein beliebtes Prüfungsthema in Wort und Bild. Ganz besonders häufig wird nach dem Verlauf der Bänder gefragt.

MERKE:

Da gerade die Kreuzbänder oft gefragt werden, hier eine kleine Denkhilfe: Legt man den Mittelfinger über den Zeigefinger einer Hand und hält dann diese Hand vor das gleichseitige Knie, so hat man in etwa den Verlauf der Kreuzbänder dargestellt. Alternativ kann man sich ein Skelett nehmen und die Kreuzbänder mit Klebestreifen einkleben.

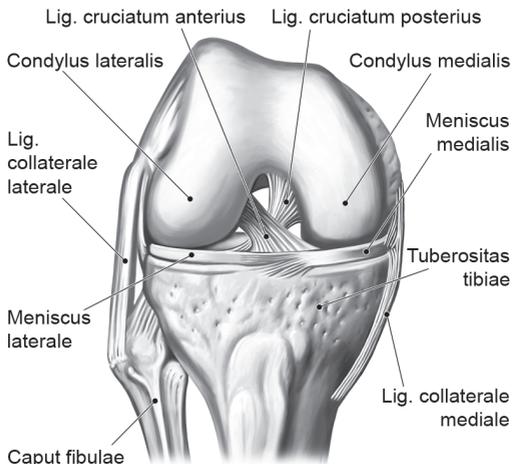


Abb. 29: Knie

Anteile des Kniegelenks

Meniskus med.	<ul style="list-style-type: none"> • C-Form • über Gelenkkapsel mit medialem Kollateralband und vorderem Kreuzband verwachsen („unhappy triad“) • Dient dem Inkongruenzausgleich von Femur und Tibia
Meniskus lat.	<ul style="list-style-type: none"> • $\frac{3}{4}$-Form • ist frei, also mit nichts verwachsen • dient ebenfalls dem Inkongruenzausgleich

Tabelle 24: Menisken des Kniegelenks

Bänder intraartikulär

Lig. cruciatum ant.	<ul style="list-style-type: none"> • von medialer Fläche des äußeren Femurkondylus zur Eminentia intercondylare tibiae ant. • „verläuft wie die vordere Hosentasche“ • wird als erstes aller Bänder bei der Ext. gespannt und bedingt so die „passive Schlussrotation“ bei Ext. • ist mit medialem Meniskus und medialem Kollateralband verwachsen („unhappy triad“)
Lig. cruciatum post.	<ul style="list-style-type: none"> • vom medialen Femurkondylus zur Eminentia intercondylare tibiae post. • liegt frei, ist mit nichts verwachsen
Ligamentum transversum genus	<ul style="list-style-type: none"> • verbindet beide Menisken ventral miteinander

Tabelle 25: intraartikuläre Bänder des Kniegelenks

Bänder extraartikulär

Die extraartikulären Bänder sichern das Knie gegen unphysiologische Bewegungen. Als Scharniergelenk hat das Knie ein **mediales (= „tibiales“)** und ein **laterales (= „fibulares“)** Kollateralband, die die Abduktion und Adduktion verhindern. Eine übermäßige Extension verhindern zwei dorsal (= „popliteal“) gelegene Bänder: das **Lig. popliteum arcuatum** und das **Lig. popliteum obliquum**. Ventral liegt das **Lig. patellae**, welches von der Patellaspitze zur Tuberositas tibiae