

**Thema:** Physiotherapie

**Redakteur:** Kugler

---

## Mausarm und Handynacken - der Kampf gegen Schmerzen

Im ersten Moment klingt die Diagnose Mausarm irgendwie komisch. Doch dahinter verbirgt sich ein Krankheitsbild, das für Betroffene alles andere als lustig ist. Denn durch beständiges Arbeiten am Computer wird der Bewegungsapparat schwer in Mitleidenschaft gezogen, und es kann zu Schmerzen im Handgelenk kommen. Der Mausarm ist schwer zu behandeln, Operationsergebnisse sind oft unbefriedigend und Schmerzmittel oder Cortisonspritzen bekämpfen meist nur vorübergehend die Symptome. Ideal wäre es, den Arbeitsplatz ergonomisch anzupassen. Eine ergonomische Tastatur oder eine vertikale Maus können das Entstehen eines Mausarms verhindern.

**O-Ton:** Ingrid Ullram (Expertin für Arbeitsrecht), Christian-Thomas Radda (Handchirurg, Facharzt für Orthopädie), Barbara Benesch (Physiotherapeutin), Martina Molnar (Arbeitspsychologin), Silvia Glaser (Arbeitsmedizinerin)