

# Synovia: Schmiermittel für unsere Gelenke

In den Gelenken des menschlichen Körpers sorgt eine unscheinbare Flüssigkeit namens Synovia für reibungslose Bewegungen. Umgangssprachlich reden wir von der Gelenkflüssigkeit. Produziert wird die Gelenkschmiere von der Synovialmembran, der Innenschicht der Gelenkkapsel. Die Flüssigkeit besteht zu 94 Prozent aus Wasser, enthält aber auch Hyaluronsäure, Proteine und Glukose.

TEXT VALENTIN OBERHOLZER

Im Normalzustand ist die Flüssigkeit klar und etwas glibberig – und sie hat ein unglaublich wichtiges Talent: Die Synovialflüssigkeit sorgt dafür, dass die Knorpelflächen widerstandslos aufeinander gleiten. Ohne sie gäbe es Reibung, der Schmerz wäre nicht auszuhalten, und die Gelenke wären sehr schnell abgenutzt. Mit dem Schmierfilm, den die Synovia über die Komponenten unserer Gelenke legt, laufen Bewegungen flüssig ab.

## Die «magische» Nährlösung

Knorpel, wie sie im Gelenk vorkommen, haben keine eigenen Blutgefässe. Deshalb muss die Synovialflüssigkeit einspringen, um die Knorpel mit lebenswichtiger Glukose zu versorgen. Damit jeder Bereich des Gelenks profitiert, braucht es regelmässige Bewegung. Darum können bei Gelenken, die lange nicht bewegt werden, Knorpelschäden entstehen – sie bekommen nicht genug Nahrung und verkümmern.

## Gelenkpunktion

Bei bestimmten Erkrankungen produziert die Synovialmembran zu viel Flüssigkeit. Das Gelenk schwillt an – manchmal lässt sich die Flüssigkeit unter der Haut sogar ertasten.

In solchen Fällen nimmt der Arzt eine Gelenkpunktion vor. Dazu sticht er mit einer Hohlnadel ins Gelenk und führt die überschüssige Flüssigkeit ab. Dieser Vorgang entlastet das Gelenk und bietet dem Spezialisten die Möglichkeit, die Synovia zu untersuchen. Je nach Erkrankung verändert sich die Zusammensetzung der Synovia. Gicht färbt sie zum Beispiel gelb-milchig.

Wenn nötig, injiziert der Arzt ein Medikament, etwa Kortison, direkt ins Gelenk.



**Janosch Häberli**  
Leitender Arzt Orthopädie



Der Meniskus dämpft als Puffer Schläge im Kniegelenk ab. Erfahren Sie mehr zu Ursachen, Diagnose und Behandlung eines Meniskusrisses im Blog: [blog.spital-emmental.ch/meniskus-knie](https://blog.spital-emmental.ch/meniskus-knie)