

# FÜßE TRAGEN UNS DURCHS LEBEN

## URSACHEN UND BEHANDLUNGEN ZWEIER TYPISCHER KRANKHEITSBILDER

**OrthoPraxis**  
Orthopädische Praxisklinik  
Gräfelfing



**Dr. med. Ulrich Pfléghar**  
Facharzt für Orthopädie  
und Unfallchirurgie



**Eine typische Erkrankung der Großzehe ist der Hallux valgus. Er beschreibt die mehr oder weniger stark ausgeprägte Neigung des Grundgelenks der Großzehe nach innen, während die Spitze zu den Nachbarzehen zeigt. Dies hat zur Folge, dass an der Fußinnenseite der Ballen deutlich hervor tritt und normales Schuhwerk kaum noch zu tragen ist. Ursächlich für diese Fehlstellung sind häufig genetische Gründe, wie eine vererbte Bindegewebsschwäche. Auch das Tragen von zu engen, spitz zulaufenden oder hohen Schuhen fördert diese Verformung.**

### Konservative Therapien

Grundsätzliches Ziel der Behandlung ist, ein Fortschreiten der Fehlstellung zu verhindern bzw. den Rückgewinn der Funktion der Großzehe und des Großzehengrundgelenks, um ein schmerzfreies Laufen zu ermöglichen. Flache Schuhe mit genügend Freiraum für die Zehen und stützende Einlagen können zunächst konservativ helfen. Auch physiotherapeutische Behandlungen, Zehengymnastik sind sinnvoll, können jedoch nur helfen Schmerzen zu lindern. Eine Rückstellung des Hallux valgus ist nicht möglich.

### Operative Therapien

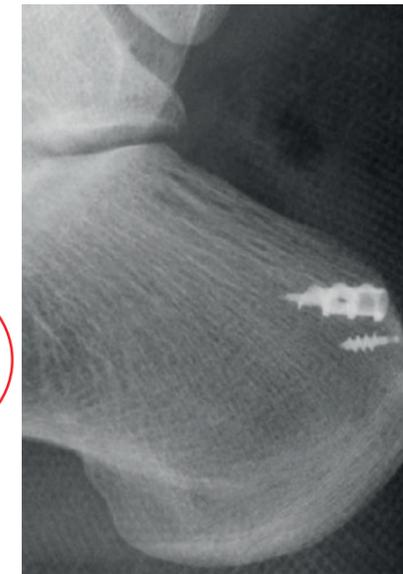
Sobald eine deutliche Fehlstellung entstanden ist, hilft meist nur noch eine Operation. In den

meisten Fällen lässt sich die Fehlstellung gelenkerhaltend mit einer Umstellungsosteotomie korrigieren. Bei diesem Verfahren wird der Knochen durchtrennt und in gerichteter Position wieder fixiert, damit er physiologisch richtig zusammenwachsen kann. Abhängig vom Ausprägungsgrad bevorzugt Dr. Pfléghar die „Scarf-Verschiebeosteotomie“. Sie ist bei Winkelabweichungen bis 20 Grad anwendbar. Durch einen z-förmigen Knochenschnitt wird mit zwei kleinen Schrauben der Mittelfußknochen in der korrekten Stellung bis zur Heilung (4-6 Wochen) fixiert. Die später funktionslosen Schrauben spürt man nicht, sie müssen nur ausnahmsweise entfernt werden. Bei Verformungen ab 25 Grad kann eine Umstellung an der Basis

am ersten Mittelfußknochen oder dem angrenzenden Gelenk erfolgen. In besonders schweren Fällen bei einer Großzehengrundgelenksarthrose ist eine Arthrodesse, eine Versteifung des Gelenkes, erforderlich. Die angrenzenden Gelenke werden dabei nicht geschädigt, so bleibt ein natürliches Gangbild erhalten. Nach dem Eingriff ist der Fuß bereits voll belastbar. Über vier Wochen ist jedoch ein Spezialschuh mit fester Sohle erforderlich. Danach können die meisten Patienten wieder ganz normal gehen.

### Achillessehne/Fersensporn

Immer mehr Patienten suchen auch Hilfe in der Orthopädischen Praxis von Dr. Pfléghar bei Problemen im Bereich der Achillessehne. Der sogenannte Fersensporn schmerzt



**Hinterer Fersensporn links vor und rechts nach der OP**

und macht Probleme beim Laufen und Gehen. Hier unterscheidet der Orthopäde zwischen dem plantaren (fußsohlenseits) und einem dorsalen (achillessehnennahen) Fersensporn. Beide sind konservativ durch Krankengymnastik gut behandelbar. Sollte jedoch die konservative Therapie keine wirkliche Linderung bringen gibt es auch hier operative Möglichkeiten. Vor allem der dorsale Fersensporn macht meist einen operativen Eingriff erforderlich. Verkalkungen am Achillessehnenansatz oder knöchernen Überbeine müssen operativ entfernt werden. Hinzu kommt immer noch eine chronische Entzündung der Achillessehne oder gar schon eine Sehnennekrose, die den Eingriff unbedingt notwendig

machen. Aber auch hier ist eine Nachbehandlung von lediglich 4-6 Wochen ausreichend. Nach einer Teilbelastung im Verbandsstiefel kann der Patient nach dieser Zeit wieder auf normales Schuhwerk zurückgreifen.

### Fazit

Im Mittelpunkt der operativen Therapie haben sich gelenkerhaltende Verfahren in der modernen Fußchirurgie durchgesetzt. Ziel aller Behandlungen ist in erster Linie den Patienten schnell wieder mobil zu machen und eine dauerhafte medizinische und kosmetische Verbesserung zu erzielen. Dr. Pfléghar führt seine Operationen sowohl ambulant als auch stationär durch. Seine Patienten werden auch nach



dem chirurgischen Eingriff im Rahmen der postoperativen Nachsorge von ihm und dem freundlichen und kompetenten Team der Ortho-Praxis betreut und bei Rehabilitationsmaßnahmen, Physiotherapie und notwendigen Hilfsmitteln unterstützt.

Das Behandlungsspektrum von Dr. Pfléghar umfasst alle den Fuß zugehörigen Knochen, Weichteile und Sehnen. Auch alle sport- und unfallbedingten Verletzungen wie Band- und Sehnenrisse sowie Brüche am Fußskelett werden behandelt und wenn erforderlich operativ versorgt.

### KONTAKT

#### OrthoPraxis

Orthopädische Praxis Gräfelfing  
Bahnhofstraße 5, 82166 Gräfelfing, Tel.: 089-898 20 20 30  
E-Mail: info@orthopraxis-graefelfing.de  
Homepage: www.orthopraxis-graefelfing.de