

Wieder schmerzfrei unterwegs

Oft schmerzt der Fuß schon nach kurzer Wegstrecke

Schon jeder vierte(!) über 40 kennt das Problem. Der Fuß hat sich verbreitert, die große Zehe legt sich zur zweiten Zehe, der Ballen der Großzehe wird immer größer, und der Fuß schmerzt im Schuh. Oft schon nach kurzer Wegstrecke! Was ist passiert? Es ist eine der häufigsten orthopädischen Erkrankungen – der Hallux valgus (im Volksmund: Frostballen) – entstanden. Hauptursache ist eine ständige Überlastung des Fußes, die zu einer Störung des Sehnengleichgewichts führt. Auslöser dafür sind eine Schwerpunktverlagerung des Körpers, das jahrelange Tragen einengender Schuhe und eine hormonell bedingte Bindegewebschwäche.

Anfangs helfen Komfortschuhe

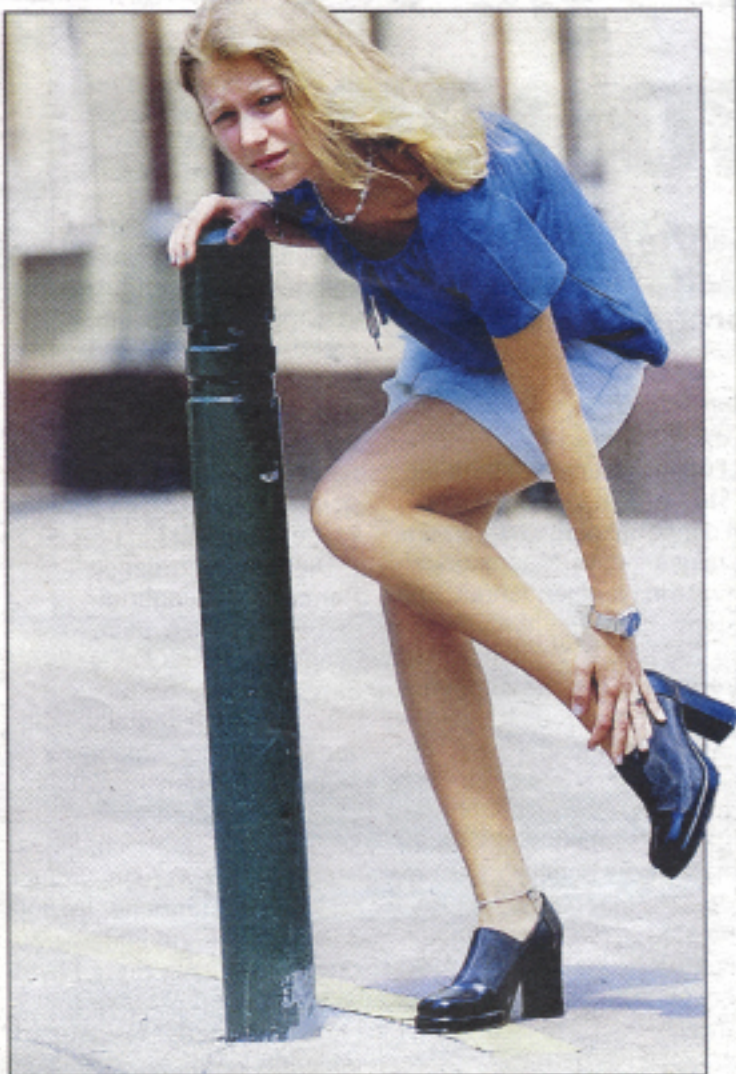
Was kann man dagegen tun und vor allem: Wie kann man rasch wieder schmerzfrei gehen und wandern? Anfangs, wenn nur eine geringgradige Fehlstellung besteht, können das Tragen bequemer Schuhe (u.a. so genannte Komfortschuhe) und regelmäßige Fußgymnastik eine Besserung erzielen. Ist das Problem bereits weiter fortgeschritten, kann nur mehr ein operativer Eingriff die Fehlstellung korrigieren. Der Operationszeitpunkt sollte dabei möglichst frühzeitig erfolgen, bevor das Zehengelenk zu abgenutzt ist.

Eine fortschrittliche und sichere Methode stellt die Operation nach Dr. Stoffella dar. Bei dieser OP-Technik wird nach der Stellungskorrektur des Fußes eine kleine Stahlsperre mit einer winkelstabilen Schraube in den

Hallux Valgus: 80 Prozent der Patienten wird mit spezieller Operation beschwerdefrei

Knochen eingesetzt. Dabei wird aber nicht nur die Stellung der Großzehe korrigiert, sondern auch die Funktion des Fußes verlässlich wiederhergestellt. Hauptvorteil: Probleme, die bei herkömmlichen Methoden auftraten (lange Entlastung in Spezialschuhen, schmerzhafte Bewegungseinschränkung) gehören der Vergangenheit an. Aufgrund der hohen Stabilität der Knochenverbindung ist der Fuß beschwerdefrei in Bequemenschuhen voll belastbar und die Dauer des Krankenstandes somit sehr kurz.

Diese innovative österreichische Entwicklung wird übrigens inzwischen europaweit angewendet und eignet sich prinzipiell



für ca. 80 Prozent aller Hallux valgus - Patienten.

Übrigens: Fußoperatio-

nen sind anspruchsvolle operative Eingriffe und sollten nur von fußchirurgisch speziell ausgebildeten Fachärzten durchgeführt werden.

Zur Qualitätssicherung wurde die „Arbeitsgemeinschaft Hallux valgus“ gebildet, die einerseits die wissenschaftlichen Grundlagen für die Behandlung des Hallux valgus erarbeitet und andererseits auch für die Patienten aufklärend und beratend zur Verfügung steht.

Weitere Informationen erhalten Sie bei der „Arbeitsgemeinschaft Hallux valgus“, 1010 Wien, Domgasse 4/9, Telefon: 0664 200 1157, E-Mail: hallux-valgus@fusschirurgie.at



Fehlstellung wird durch eine Stahlsperre korrigiert

Fotos: Klemens Groh (1), Arbeitsgemeinschaft Hallux valgus (2)

Mag. Karin Hönig