

Wenn der Schuh drückt

## Schonende Therapie bei Hallux valgus

Viele Frauen leiden unter einem Schiefstand der Großzehe, dem Hallux valgus. Mit einer neuen OP-Methode lässt sich die schmerzende Fehlstellung gut behandeln. Als Belohnung lockt ein schöner Fuß.

**D**avon träumen viele Menschen: einmal in so schicke Riemchensandalen schlüpfen, wie sie Carrie Bradshaw aus der Kultserie Sex and the City trägt. Jede zehnte Frau in Deutschland leidet unter einer Ballenzeh, medizinisch Hallux valgus. Dabei schiebt sich die große Zehe fußeinwärts und an der Fußinnenseite bildet sich eine hässliche Beule. Was anfangs nur

unschön aussieht, kann sich zu einem echten gesundheitlichen Problem entwickeln mit Entzündungen und Schmerzen als Folge. „Durch die Fehlstellung der Großzehe verlagern sich die Nerven auf der Unterseite des Fußes“, erklärt der Münchner Experte für Fußchirurgie Dr. Michael Magin. „Rutscht ein Nerv an die falsche Stelle, gehen sich die Patienten buchstäblich selbst auf die Nerven.“ Häufig leiden die Betroffenen – zu 90 % Frauen – auch unter Schmerzen im Mittelfuß, wenn sie endlich Hilfe suchen.

### Keine Angst vor der Fuß-OP

„Doch nicht alles, was schnelle Linderung verspricht, löst das Problem auch wirklich. Häufig kann nur eine Operation helfen“, weiß Dr. Magin. Eine Ballenzeh-OP galt aber lange als langwieriger Eingriff mit ungewissem Ausgang. Eine der neueren und besonders schonenden Methoden ist die Operation nach Stoffella. Während bei früheren OP-Methoden die Patienten häufig mehrere Wochen lang nicht auftreten durften, ist das bei einem Eingriff



Hallux valgus vor OP



Nach Eingriff in Stoffella-Technik

### Die Stoffella-Technik

Zunächst entfernt der Fußchirurg unter lokaler oder Vollnarkose den schmerzhaften Schleimbeutel und die Knochenvorwölbung. Mit einem V-förmigen Schnitt (dem sogenannten Chevron-Schnitt) wird der Mittelfußknochen der Großzehe unterhalb der Vorwölbung durchtrennt (Bild A). Dann hat der Chirurg die Möglichkeit, den vorderen Teil des durchtrennten Knochens so zu verschieben und zu drehen, dass die Fußknochen eine möglichst gerade Linie bilden (Bild B). Anschließend setzt der Operateur in den Hohlraum des Mittelfußknochens eine ca. vier cm lange Metallspange ein und verschraubt sie mit dem vorderen Teil des Knochens (Bild C).

Die OP dauert bei einem erfahrenen Operateur pro Zehe rund 30 Minuten. In der Regel können Patienten nach zwei bis vier Wochen wieder arbeiten, Auto fahren und Sport treiben. Die Metallspange wird frühestens nach etwa sechs Wochen entfernt. Die Zehengelenke behalten bei dieser OP-Methode ihre vollständige Beweglichkeit. Mit Krankengymnastik und Lymphdrainagen wird die Heilung unterstützt.

Das Verfahren eignet sich für mittelschwere und schwere Valgus-Fehlstellungen. 70 – 80 % aller Patienten profitieren von der Methode.

**Interview mit Dr. med. Michael Magin, Facharzt für Orthopädie, Unfallchirurgie, Chirurgie, Praxis in Unterhaching bei München & Isar Kliniken, München**

**Wie entsteht ein Hallux valgus?**

Das ist ein schleicher Prozess, der meist schon in der Kindheit anfängt. Zu enge Schuhe, aber auch genetische Veranlagung sind die Ursachen. Manchmal überspringt die Erkrankung auch eine Generation. Dann leiden Großmutter und Enkelin unter einem Hallux valgus, aber nicht die Mutter.

**Muss denn ein Hallux valgus in jedem Fall behandelt werden?**

Nein, nur wenn er Schmerzen bereitet. Erfahrungsgemäß warten aber die meisten Betroffenen – insbesondere die Männer – viel zu lang, bis sie mit ihren Beschwerden zum Arzt gehen. Dann wird die Behandlung immer komplizierter. Ich kann daher nur jedem raten, so früh wie möglich einen Spezialisten aufzusuchen.

**Was kann passieren, wenn man zu lange wartet?**

Die Schmerzen gehen nicht von alleine wieder weg; sie verschlimmern sich mit der Zeit. Durch die wachsende Ausbuchtung am Ballen, nimmt der Druck durch das Schuhwerk zu. So kann es zu Schleimbeutelentzündun-

gen, Durchblutungsproblemen und Arthrose kommen. Bei manchen Patienten schiebt sich zudem auch noch der zweite über den dritten Zeh. Das verkompliziert die Therapie und macht ein normales Laufen auf Dauer unmöglich. Dadurch können auch andere Gelenke wie etwa die Knie in Mitleidenschaft gezogen werden.



**Sie haben eine privatärztliche Praxis. Können auch Kassenpatienten Ihren Service in Anspruch nehmen?**

Ja, für die Patienten fällt dabei ein Selbstbehalt an. Den Eingriff führe ich bei allen Patienten in den neuen Isar Kliniken in der Münchner Innenstadt durch. Der stationäre Aufenthalt dauert in etwa drei bis vier Tage. Dadurch, dass sowohl die ambulante als auch die stationäre Versorgung in meinen Händen liegen, kann ich für eine individuelle und durchgängige Betreuung sorgen.

nach Stoffella bereits sofort nach der OP möglich und auch erwünscht. Zudem können in manchen Fällen auch beide Füße gleichzeitig operiert werden – das spart Zeit und verringert die Fehlzeit bei der Arbeit. Der „Trick“ bei der Stoffella-Methode: Statt den Zehenknochen wie früher üblich mit einem Draht zu begradigen, setzt der Operateur ein dynamisches Transplantat ein, das die Knochenteile nach einer Stellungskorrektur stabil zusammenfügt.

Dr. Magin, der die Stoffella-Methode seit über sechs Jahren anwendet: „Die Operationsergebnisse der Stoffella-Methode sind laut wissenschaftlicher Studien mit denen anderer Verfahren vergleichbar oder ihnen sogar überlegen. Sie ist die einzige Methode, bei der beide Füße gleichzeitig

behandelt und sofort wieder belastet werden können.“ Dr. Magin hat gerade auf dem Münchner Fußkongress seinen Fachkollegen eine eigene Studie vorgestellt. Bei 1.500 nach Stoffella-Technik operierten Ballenzehen konnte er den Winkel zwischen Fuß und Großzeh von durchschnittlich 42 auf 16 Grad verringern.

**Keine Rückenschmerzen mehr**

Ist die Zehe wieder gerade gerückt, bemerken manche Patienten noch weitere positive Veränderungen: So verschwinden beispielsweise nach der OP in einigen Fällen auch Rücken- oder Knieschmerzen. Der Grund dafür: Durch den Hallux valgus haben die Betroffenen jah-

relang ihren Fuß falsch belastet. Durch die Verlagerung des Gewichtes auf die Fußaußenseite gerät die ganze Körperstatik durcheinander und kann zu einer Fehlbelastung auch von Knie, Hüfte und Wirbelsäule führen. Das heißt, auch ein krummer Zeh sollte nicht „auf die leichte Schulter“ genommen werden.

*von Dr. Fabienne Hübener*

**Weitere Informationen**

Tel.: 089 – 23 07 71 50  
[www.drmagin.de](http://www.drmagin.de)

*Illustrationen: Waldemar Link GmbH & Co.KG, Hamburg*

