

# Wenn die Füße nicht mehr tragen



*Der unschöne Knubbel am Vorfuß trifft Frauen häufiger als Männer und ist – anders als viele Nicht-betroffene vermuten – durchaus ein medizinisches, weil äußerst schmerzhaftes Problem. „Was umgangssprachlich als Ballen bezeichnet wird, heißt in der Fachsprache Hallux valgus und sollte vom Facharzt behandelt werden, da sich die Erkrankung im Laufe der Zeit verschlimmert“, erklärt Orthopäde Dr. Jörg Stihler von der Klinik Dr. Mauch • Dr. Stihler in Stuttgart.*

**V**orfußschmerzen im zunehmenden Alter sind eigentlich keine Seltenheit, da die Füße breiter und flacher werden. Verspannungen, besonders nach langen Tagen, in denen man viel Gehen und Stehen musste, sind deshalb durchaus normal. Doch Dr. Stihler klärt auf: „Aus anfangs scheinbar harmlosen Druckstellen können sich schließlich krankhafte Fehlstellungen der Füße entwickeln. Besonders Frauen, die ihr Leben lang auf hohen und zum Teil sehr spitzen Schuhen gegangen sind, sind hiervon betroffen, da die Füße so auf Dauer falsch belastet werden. Zwar gibt es in einigen Familien auch eine Veranlagung, durch die sich die Fehlstellung entwickelt, doch diese Fälle sind weit seltener.“

## Eine Operation kann helfen

Um die Abrollbewegung des Fußes wiederherzustellen, gibt es verschiedene OP-Techniken, welche die anatomisch richtige Stellung des Mittelknochens der Großzehe (Metatarsale 1) zum Ziel ha-

ben. Sie kommen immer dann zum Einsatz, wenn konservative Methoden nicht den gewünschten Erfolg gebracht haben. „Wir operieren den Hallux valgus nach Stoffella, eine Technik, die besonders

bei Patienten mit schweren Verlaufsformen zur Anwendung kommt und mit der wir schon vielen Betroffenen helfen konnten“, so Dr. Stihler. „Hierfür trennen wir den zu behandelnden Knochen mit

### Hallux valgus



Dr. Jörg Stihler: „Man spricht von einem Hallux valgus, wenn sich die Großzehe in Richtung des kleinen Zehs verschiebt und an der Seite ein Knubbel entsteht, der besonders durch das Tragen enger Schuhe zu Rötungen und Entzündungen neigt. Ausgelöst wird die Fehlstellung durch ein Auseinanderweichen der Mittelfußknochen, wodurch eine Sehnenverkürzung des großen Zehs auftritt.“

**Metatarsalgie:**

Unter dem Sammelbegriff Metatarsalgie werden Vorfußschmerzen zusammengefasst, die sich direkt unterhalb der Zehen abspielen, also an den Metatarsalen. Sie sind bedingt durch die Überbelastung des Fußes, wie sie sich eben auch bei einem Hallux valgus entwickeln kann. Doch nicht immer ist eine Primärerkrankung an der Entstehung einer Metatarsalgie schuld. Verantwortlich können z. B. auch zu lange Mittelfußknochen sein oder ein Kapselband-Riss an einem Metatarsalgelenk. Je nach Diagnose kann die Erkrankung konservativ durch Einlagen, Fußgymnastik und/oder Gewichtsreduktion behandelt werden.



Abb. oben links: Die fehlerhafte Stellung des Mittelfußknochens ist deutlich zu erkennen. Bild unten: Durch die Klammer, die später nicht mehr zu spüren ist, werden die Knochenenden fixiert, bis der Knochen vollständig ausgeheilt ist.

einem Winkelschnitt durch und reponieren ihn so, dass die Zehe wieder in ihrer richtigen Position steht. Anschließend fixieren wir sie mit einem Hallux valgus Fixateur interne, eine Art Klammer, die die beiden Knochenenden zusammenhält und im vorderen Bereich mit einer Schraube verankert wird (s. Bild). Das Ergebnis ist ein korrekt ausgerichteter Zeh, ohne Verkürzung.“ Schon nach 24 Stunden dürfen die Patienten den Fuß bereits wieder bewegen und nach einigen Tagen ist eine Belastung möglich – es sollten jedoch weiche, bequeme Schuhe getragen

werden. Der Knochen selbst benötigt in der Regel vier Wochen, bis er komplett ausgeheilt ist.

**Häufig sind die Zehen betroffen**

Neben dem Hallux valgus gibt es weitere Fußfehlstellungen, die das Gehen behindern und dadurch einen einschränkenden Einfluss auf die Mobilität der Patienten haben. Zu nennen sind hier z. B.

Hammer und Krallenzehen, die ebenfalls durch falsches Schuhwerk bedingt sein können. Dr. Stihler schließt: „Hier können OP-Techniken helfen, bei denen z. B. das Köpfchen des Grundgelenkes entfernt und die Beugesehne des Fußes aufgedehnt wird. Ob und wann eine Operation stattfindet, hängt davon ab, wie das Beschwerdebild des Patienten aussieht.“

von Mina Stern



**Weitere Informationen**

Tel. : 0711-87 03 530  
[info@orthopaedie-stuttgart.de](mailto:info@orthopaedie-stuttgart.de)

Dr. Jörg Stihler (links), Dr. Christian Mauch (mitte) und Dr. Ulrich Langenbach (Leiter Wirbelsäule): Ziel der Operation ist es, die andauernde Überbelastung des Vorfußes zu beenden. Dank der Hallux valgus-Operation nach Stoffella kann die Fehlstellung der Zehe korrigiert und die Abrollfunktion des Vorfußes wiederhergestellt werden.