



Stehen Sie auf festen Füßen?

Von Nicola Pfitzenreuter

Das Wunderwerk Fuß – und seine Leiden. Würde man den Füßen nur halb so viel Beachtung schenken wie dem Schuhwerk, ließen sich Fußleiden wahrscheinlich drastisch reduzieren. Doch wer achtet wirklich auf seine Füße, solange sie nicht wehtun?

Dabei bildet das kleine Konstruktionswunder aus 26 Knochen, 33 Gelenken, Muskeln, Sehnen und über 100 Bändern das Fundament des Körpers. Ohne sie „läuft gar nichts“. Die Beanspruchung des menschlichen Fußes ist enorm.

Rund 15000 Schritte muss er täglich zurücklegen, vom Joggen oder Tanzen ganz zu schweigen. Trotz allem wird der Fuß oft zu wenig gepflegt.

Orthopädie

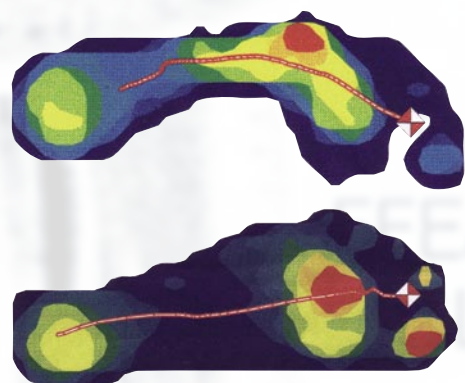
Häufiges Problem ist der Spreizfuß

So ist es kein Wunder, dass nach Expertenschätzungen die Hälfte der Deutschen auf kranken Füßen läuft. „Das häufigste Fußproblem stellt der Hallux Valgus – der so genannte Spreizfuß – dar“, berichtet Kurt Schöppe, Facharzt für Orthopädie in Bad-Godesberg. Dennoch ist der nahe

liegende Schluss, dass der Spreizfuß eine reine Zivilisationskrankheit sei, falsch. Auch bei Naturvölkern ist der Spreizfuß mehrfach beobachtet worden. „Bei dieser Verformung verlaufen die Sehnen nicht mehr über die Zehengrundgelenke, sondern weiter innen, und ziehen die Zehen in eine schiefe Position. Die Knochen des Mittelfußes weichen schließlich auseinander, wodurch das Fußgewölbe durchgetreten wird. Am Anfang dieses Problems steht sozusagen der Senk-Spreizfuß“, erklärt Kurt Schöppe. Durch das Absinken des Fußes wird seine Stabilität verändert, was sich auf die Muskel- und Sehnenanspannung auswirkt. Hierdurch kommt es zu einer komplexen Verformung des Vorderfußes.

Welcher „Fußtyp“ sind Sie?

„Für diese Verformung kann es verschiedene Gründe geben“, fügt Omar Omar-Pasha, der Partner von Kurt Schöppe, hinzu. Um die Ursachen dieser Beschwerden zu finden, bedarf es fachmännischer Blicke mit spezifischen



Kenntnissen. Denn neben falschem Schuhwerk spielt vor allem bei Frauen ein zu schwaches Bindegewebe eine große Rolle. Ebenfalls maßgeblich für die Ausprägung der Verformung ist die Fußform. „Im Großen und Ganzen kann man die Form des Fußes in drei Kategorien einordnen“, berichtet Omar-Pasha. „Beim normalen Fuß sind der Großzeh und der zweite Zeh etwa gleich lang. Daneben gibt es aber noch zwei andere Ausprägungen. Bei der einen Form ist der Großzeh länger als der zweite Zeh – hier spricht man von einem ägyptischen Fuß. Bei der zweiten Version ist der Großzeh kürzer als der zweite Zeh. Dies nennt man auch einen griechischen Fuß.“

Der Eingriff hat bewirkt, dass der Fuß, im Gegensatz zu vorher (oben), jetzt wieder ausgewogen (unten) belastet werden kann.

Fußspezialisten



Die Verformung dieses Vorderfußes (links) ist operativ behoben worden (rechts).



Schemata einer Hallux Valgus-OP.

vom Standard abweicht, und wie er mithilfe einer Einlage ausgeglichen werden kann. Wenn aber alles nicht hilft, kann eine Operation erwogen werden. Dabei ist heutzutage sogar das Einsetzen künstlicher Gelenke machbar, allerdings als letzte Möglichkeit.

Deutsche Gesellschaft für Fußchirurgie

Die Operationsmethoden unterscheiden sich ebenso wie die Füße. Es gibt weit mehr als 100 verschiedene Eingriffsmöglichkeiten. Hieran ist zum einen zu erkennen, wie häufig diese Fußerkkrankung vorkommt; zum anderen, dass nicht jede Methode zu einem optimalen Ergebnis führt. „Der Fuß ist ebenso kompliziert wie die Hand und wird leider noch immer recht stiefmütterlich in der Orthopädie behandelt“, bedauert Schöppe. „Wenn operiert werden muss, sollte man sich an die internationalen Standards und die anerkannten Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Fußchirurgie halten“, betont Kurt Schöppe, der selbst Mitglied dieser Gesellschaft ist.

Operative Maßnahmen

Bei geringem Spreizfuß reicht es, den heraustretenden Knochen ein Stück abzutragen. Zusätzlich werden die Sehnen und Muskeln so versetzt, dass das Gleichgewicht der Fußmuskulatur wieder hergestellt ist. Bei einem mäßig ausgeprägten Hallux Valgus wird der erste Mittelfußknochen durchtrennt und in die gewünschte Position gebracht. Mithilfe feiner Schrauben oder Drähte wird diese Position fixiert. Die durch die Fehlstellung verschobenen Muskeln und Sehnen werden ebenfalls den neuen Gelenkstellungen angepasst. Bei schon starken Versteifungen durch den Spreizfuß

kann zum Beispiel auch die Länge des Mittelfußknochens verändert werden, indem Knochenkeile entfernt oder eingefügt werden.

Nach OP keine Belastung des Fußes

In der Regel muss der Fuß nach der Operation nicht eingegipst werden. Während der Heilungsphase, die rund sechs Wochen dauert, sollte der Fuß nicht belastet werden. Hier ermöglicht der Vorderfußentlastungsschuh eine volle Belastung des Fußes, ohne ihm zu schaden. Bis der normale Konfektionsschuh wieder passt, dauert es normalerweise etwa drei Wochen, im Extremfall können jedoch bis zu sechs Monaten vergehen.



Omar Omar-Pasha



Dr. med. Kurt Schöppe



Prof. Dr. med. Klaus-Peter Schulitz

Ästhetik wird großgeschrieben

Ob große, kleine oder gar keine Operation, für die Godesberger Orthopädie-Spezialisten spielt auch die Ästhetik eine große Rolle: „Bei allen Behandlungsformen ist uns ein befriedigendes kosmetisches Ergebnis äußerst wichtig“, betonen Omar-Pasha und Schöppe. Ein Grundsatz, der durchaus Hand und Fuß hat. ♦

Prozess der Verformung

Da Probleme wie Rückenbeschwerden, schmerzende Füße, Kribbeln oder Brennen der Fußsohlen anfangs nur beim Schuhtragen und unter Belastung auftreten, nehmen viele Menschen diese ersten Symptome nicht ernst. Doch der Prozess der Verformung, der zunächst recht langsam verläuft, wird mit der Zeit immer schneller. „Wenn der Patient frühzeitig kommt, kann man häufig mit wesentlich kleineren Eingriffen auskommen und die Zunahme der Schäden verhindern“, erklärt Omar-Pasha.

Erster Schritt: Einlagen für die Schuhe

Zu nicht operativen Maßnahmen zählt beispielsweise eine fachmännische Einlagenversorgung. „Bei der Einlagenversorgung ist uns eine enge Zusammenarbeit mit dem orthopädischen Schuhmacher sehr wichtig. Die Einlage muss optimal angepasst sein“, betont Omar-Pasha. Durch eine Fußdruckmessung kann bestimmt werden, wie sehr der Druck des Fußes



INFORMATION

Godesberger Therapie Zentrum

Praxisklinik für Orthopädie
 Dr. med Kurt Schöppe
 Omar Omar-Pasha
 Prof. Dr. med Klaus-Peter Schulitz
 Moltkestraße 44-46
 53 173 Bonn-Bad Godesberg
 Telefon (0228) 38 630 60
 orthopaedie@dr-schoeppe.de
 » www.ortho-bonn.de