

Zeh reibt im Stiefel

Mein kleiner Zeh am rechten Fuß ist stark nach unten gekrümmt. Seit ich meine gefütterten Winterreitstiefel trage, bildet sich auf dem Zeh ein Hühnerauge. Wie bekomme ich das wieder weg? Und wie kann ich vermeiden, dass sich noch mal solche schmerzhaften Hornschwielen bilden?

Iris Hohnemann, Aachen

Gegen Hühneraugen hilft eine gute Fußpflege. Die Hornschwielen werden aber vermutlich wieder auftauchen, sollten Sie Ihre Reitstiefel weiter tragen. Denn vermutlich haben Sie einen sogenannten Krallenzeh. Hühneraugen sind wiederum eine typische Folgeerscheinung dieser Fehlstellung. Sie entstehen, wenn der

Schuh vorne zu eng ist, sich die Zehen krümmen und ständig am Leder reiben. Überprüfen Sie daher die Passform Ihrer Stiefel. Beim Schuhkauf sollten Sie künftig darauf achten, dass Ihre kleinen Zehen nicht vorne anstoßen und seitlich genügend Platz haben. Auch sollten Sie Ihren Fuß untersuchen lassen. Krallenzehen kann man korrigieren. Im Anfangsstadium, wenn sich der Zeh noch gerade biegen lässt, hilft meist schon das Tragen einer kleinen Schiene plus eine professionelle Fußpflege.

Adrian K. Wiethoff

ist Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie. Der Fuß-Spezialist betreibt eine Praxisgemeinschaft in Düsseldorf.



Foto: ARS Pedis