



„Der Eingriff erhält die Flexibilität und Ästhetik des Fußes“

ADRIAN K. WIETHOFF,
FUSSCHIRURG



Fußgefühl: Vor dem Eingriff prüft der Orthopäde den Fuß auf Fehlstellungen

Ballenzeh

Neue OP stoppt den Schmerz

Bisher war eine Operation des Ballenzehs aufwendig und führte zu steifen Zehengelenken. Bei einem neuen Verfahren ist das nicht der Fall

Schöne Schuhe waren ihre Leidenschaft. Dass ihre Füße unter dem Modetick litzen, war Maria S. lange nicht bewusst. „Irgendwann bog sich die linke Großzehe immer mehr nach außen. Dadurch veränderte sich auch mein Fußballsen.“

Die Architektur des Fußes ist sehr sensibel

Der Fußballen schmerzte auf Schritt und Tritt. Hallux valgus – „Schiefzehe“ oder „Frostballen“ – so lautete die Diagnose. Doch die Kosmetikerin hatte Glück. Eine neue Operationsmethode korrigierte die Fehlstellung und nahm ihr so den Schmerz.

Mehrere Ursachen. Für das Funktionieren des gesamten Bewegungsapparats spielen Füße eine wichtige Rolle. „Ein Fuß besteht aus 26 Knochen und 36 Gelenken“, erklärt Adrian K. Wiethoff, Fußchirurg und Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie

bei Ars Pedis in Düsseldorf. „Diese bilden ein komplexes Gebilde, welches die täglichen Belastungen ausgleicht.“ Bereits kleine Abweichungen in der Anatomie wirken sich negativ aus, da Kapseln und Gelenke im Fuß sich versteifen. Folge: Die Flexibilität geht verloren. Oft entstehen chronische Fuß- und Zehenschmerzen.

Häufig hemmen derlei Deformitäten die Betroffenen schon



aus ästhetischen Gründen: Sie trauen sich nicht, ihre Füße offen zu zeigen. „Der Hallux valgus kommt am häufigsten vor“, weiß der Experte. Ursachen sind eine erbliche Veranlagung, Spreizfüße und falsches Schuhwerk. Frauen, die nicht selten hohe und spitze Schuhe tragen, sind deshalb sehr viel öfter vom Schiefstand der Großzehe betroffen als Männer.

Neue Methode bringt den Zeh in Stellung

Bis vor ein paar Jahren kam zur Korrektur dieser Fußfehlstellung fast ausschließlich die sogenannte Keller-Brandes-Methode zum Zug. Der Nachteil dieses Verfahrens: Die Stabilität des Fußes ist danach deutlich eingeschränkt. „Durch die Entfernung etwa eines Drittels des Grundgelenks der großen Zehe ähnelt dieses Verfahren eher einer Amputation“, so Adrian K. Wiethoff. „Zudem ist die Wahr-

scheinlichkeit für neue Fehlstellungen, die dann nur schwer behoben werden können, hoch.“

Neue Therapie. Anders bei der neuen Chevron-Methode. Sie erhält die Stabilität des Fußes und ist besonders ästhetisch. Ihr Geheimnis: Hier wird überschüssiges Knochengewebe abgetragen und der Großzehen Neuausrichtung durchtrennt. Danach fixiert der Chirurg den Knochen mit einer Schraube (siehe Kasten rechts). In den folgenden vier Wochen unterstützt ein Spezialschuh den Heilungsverlauf.

Beteiligung an Kosten. Die Krankenkasse zahlte bei Maria S. übrigens 80 Prozent der Operationskosten, rund 300 Euro musste sie selbst tragen. Das ist die Regel. Doch sie ist mit dem Ergebnis sehr zufrieden. Aus ihren Fehlern aber hat sie gelernt: „Meine Stöckelschuhe habe ich verschenkt. Ich trage nur noch Schuhe, die zu meinen Füßen passen.“ **BL**

Die Diagnose: Röntgen

Gelenkfehlstellungen der Füße wie ein Hallux valgus sind am deutlichsten auf einer Röntgenaufnahme zu sehen

Anamnese. Vor einer größeren Untersuchung kann der Orthopäde auch andere Hinweise zurate ziehen: Wo schmerzt der Fuß? Wann treten die Beschwerden auf? Gab es Angehörige mit einem Ballenzeh? Auch eine Tastuntersuchung bringt Hinweise.

Röntgen. Wenn ein Hallux valgus (Abb.) meist auch mit einem Spreizfuß einhergeht, ist es ratsam, die Röntgenaufnahme im Stehen anzufertigen. Der Spreizfuß, aber auch eine Arthrose des Grundgelenks der Großzehe sind darauf deutlich zu sehen.

Die Fakten: Der Ballenzeh

Der Schiefstand der Großzehe – Hallux valgus – gehört zu den häufigsten Fehlstellungen der Füße. Frauen sind häufiger betroffen

Ursachen. Durch enge und geschlossene Schuhe wird die Großzehe nach außen gedrückt. Dadurch ändert sich die Zugrichtung der Sehnen und Bänder. Meist spielt eine familiäre Vorbelastung eine Rolle, Mutter und Großmutter sind auch betroffen. Dabei wird das Bindegewebe, das Fuß und Zehen zusammenhält, im Alter schlaffer, die Zehen stellen sich schief. Folge: Die Beweglichkeit der Fußgelenke nimmt ab.

Symptome. Das herausgetretene Köpfchen des Mittelfußknochens bildet den deutlich sichtbaren Ballen. Dieser reibt dann mehr oder weniger stark am Schuh. Schmerzen treten meist erst in einem fortgeschrittenen Stadium der Fehlstellung auf: wenn sich das Gelenk abnutzt und so Knorpelschäden auftreten (bei Arthrose) oder der Schuh stark drückt. Der „Ballen“ ist am Schuhwerk sichtbar.



Die Therapie: Chevron-Methode

Ein Ballenzeh stört nicht nur das Auge. Die Chevron-Methode kann das Großzehengelenk gerade rücken und die Beweglichkeit erhalten

Verbiehen. Die OP kann unter lokaler Narkose erfolgen. Zunächst wird der erste Mittelfußknochen z-förmig durchtrennt (Abb.) und Knochengewebe abgetragen. Der falsch platzierte Zehenknochen kann so in den richtigen Winkel gebracht werden.

Lockern. Um das Spannen der Sehnen zu vermeiden, die ja gerade zur Hallux valgus-Fehlstellung beitragen, werden die Sehnen, welche die Großzehe zur Mitte ziehen, gelockert oder durchtrennt.

Positionieren. Auch die verkürzte Gelenkkapsel

wird auf der Außenseite gelöst und beweglich gemacht. Anschließend wird der Großzehenknochen mit kleinen Titanschrauben in die korrigierte Position gebracht. Die Schrauben müssen nicht entfernt werden.

Heilen. In den darauffolgenden rund drei bis sechs Wochen sorgen ein Spezialschuh und ein Spezialschuh dafür, dass der Vorderfuß entlastet und gestützt wird. Patienten können den Fuß aber sofort nach der Operation wieder voll belasten.

1 Schnitt: Hier muss der Knochen der großen Zehe durchtrennt werden.

2 Ausrichten: Jetzt kann man die Großzehe und deren Gelenk wieder in die richtige Position bringen. Das Ganze wird mit einer Schraube (siehe Abbildung) fixiert, sodass Gelenk und Zehe in dieser Position bleiben.

Foto: Ars Pedis, AP/Wide World; Illustration: Christian Fuchberger



Richtige Schuhe: Fußfehlstellungen vorbeugen!

Hohe Absätze führen dazu, dass das Vorderfußgewölbe einsinkt und dem Fuß keinen Halt mehr gibt. Enge Fußspitzen wiederum quetschen die Zehen ein. Der natürliche Abstand zwischen ihnen schmilzt. Gesunde Schuhe haben daher nur einen Absatz von maximal vier bis fünf Zentimetern. Sie sind bequem, haben eine weiche Sohle und bieten genug Platz für Zehen und Einlagen. Tipp: regelmäßig barfuß laufen und bei ersten Anzeichen orthopädische Einlagen tragen. Einen bereits bestehenden Hallux valgus kann man so aber nur bedingt aufhalten.

