

Vorfußschmerzen –

gar nicht so selten, wie man denkt

Langes Gehen und Stehen gehört zum Alltag und sollte in der Regel problemlos möglich sein. Doch manchmal machen Schmerzen im Vorfuß (im Bereich der Mittelfußknochen) das Gehen zur Qual. Die Patienten klagen über Schmerzen beim Abrollen, die mit einem Brennen kombiniert sein können. Leider reichen zur Behandlung der Schmerzen einfache Einlagen häufig nicht – guter Rat ist dann oft teuer. ORTHOpress sprach mit den Fußexperten Dr. Janusz Pieczykolan, Dr. Daniel Thull und Dr. Thomas Görres des Kölner Arthros Institute über die Diagnose des Vorfußschmerzes und seine Behandlungsmöglichkeiten.

Vielen Dank meine Herren, dass Sie sich die Zeit nehmen. In der ORTHOpress-Redaktion erreichen uns immer wieder Anfragen zum Thema „Vorfußschmerzen“. Es scheint, dass viele Patienten hiermit Probleme haben, aber keine rechte Hilfe erfahren.

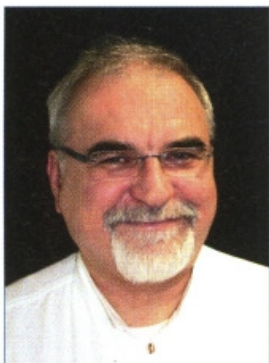
Dr. Pieczykolan: Tatsächlich tritt die Erkrankung weit häufiger auf, als man denkt. Die Fußprobleme gehören ja neben Erkältungen und Zahnbeschwerden zu den dritthäufigsten Schmerzursachen beim Menschen! Die Vorfußschmerzen nehmen einen gehörigen Anteil daran. Und die Ursachen für die Schmerzen können sehr vielfältig sein, eine genaue Diagnose ist deshalb manchmal schwierig. Infrage kommen eine Überbelastung der Zehengelenke, wir sprechen dann von einer sogenannten Überlastungsarthritis, Sehnenentzündungen, Zehenfehlstellungen, Stressfrakturen, aber

auch Nervenreizungen wie z. B. das Morton-Neurom, eine gutartige Gewebsvermehrung, die die Nerven des Vorfußes in arge Bedrängnis bringen kann. Aber auch ein verschleißbedingter Riss in der Gelenkkapsel einer Zehe kann zu derartigen Schmerzen führen. Denn in dessen Folge kommt es zu einer Instabilität im Bereich des Fußes und immer wieder auftretenden Reizungen des umliegenden Gewebes. Man kann sich das in etwa wie bei einem Meniskusriss vorstellen, der ja aus dem gleichen Gewebe aufgebaut ist.

Kann ein Riss in der Gelenkkapsel denn überhaupt konservativ, also ohne Operation, behandelt werden?

Dr. Thull: Nein, hier ist die Operation die Therapie der Wahl, das muss man ganz

klar so sagen. Doch die gute Nachricht ist, dass bei richtiger und frühzeitig gestellter Diagnose die Kapsel durch eine Operation in der Regel wieder sehr gut hergestellt werden kann. Aber um es nochmals herauszustreichen: Die richtige Diagnose ist für den Erfolg der Be-

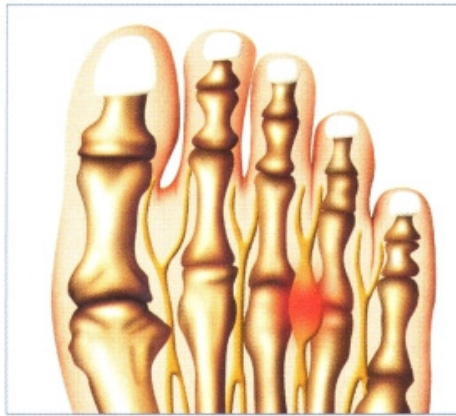


Die Ärzte des Arthros Institute Köln:
Dr. Janusz Pieczykolan, Dr. Daniel Thull und
Dr. Thomas Görres (v.l.n.r.)

Dr. Janusz Pieczykolan: „Wenn ein Neurom oder starke Fußfehlhaltungen für die Schmerzen im Bereich des Vorfußes verantwortlich sind, macht dies in der Regel eine Operation notwendig. Leichte Überbelastungen oder auch Stressfrakturen lassen sich meist jedoch gut konservativ behandeln.“



Ein Morton-Neurom (eine Verdickung des Nervs) tritt häufig im Bereich zwischen zweiter und dritter bzw. dritter und vierter Zehe auf und kann sich durch stechende, brennende Schmerzen bemerkbar machen, die bis in die Zehen hinein ausstrahlen können.



handlung entscheidend! Deshalb legen wir im Arthros Institute großen Wert auf eine exakte Diagnosestellung. Denn gerade bei Vorfußschmerzen können verschiedene Ursachen, unter Umständen in Kombination, vorliegen. Häufig lässt sich z. B. eine Verformung des Fußes – z. B. ein Hallux valgus und/oder Hammerzehen – erkennen, welche die eigentliche Erkrankung zunächst verschleiert. Deshalb zählen zu unserem diagnostischen Standard die Röntgenuntersuchung im Stand, die Pedografie und eine umfassende Funktionsuntersuchung der häufig verkürzten Unterschenkelmuskulatur.

Wie muss man sich die Operation vorstellen? Wird im Falle eines Kapselrisses die Kapsel einfach wieder genäht?
 Dr. Görres: Die gerissene Kapsel muss natürlich rekonstruiert und dann genäht werden. Dies ist ein vergleichsweise einfacher Eingriff. Häufig finden wir bei den Patienten jedoch auch einen verlängerten Mittelfußknochen, der ihnen beim Abrollen über den Fuß ebenfalls Probleme macht. In solchen Fällen verkürzen wir diesen, um das Gangbild zu harmonisieren. Auch



Vorfußschmerzen (auch Metatarsalgie genannt) treten – wie der Name bereits ausdrückt – im vorderen Bereich des Fußes auf, entlang des oberen Bereichs der Mittelfußknochen. Die Ursachen der häufig anzutreffenden Schmerzen können vielfältig sein.

Hammerzehen korrigieren wir und es können, wenn nötig, Sehnen umgesetzt oder verlängert werden. Ist ein Morton-Neurom die Schmerzursache, muss dieses schonend entfernt werden. Hier sprechen wir natürlich bereits von schweren Fällen, bei denen es zu einer starken Fehlbelastung des Fußes gekommen ist.

Gibt es denn die Möglichkeit, es gar nicht erst so weit kommen zu lassen, etwa durch eine rechtzeitige Prävention?

Dr. Pieczykolan: Im Frühstadium einer Überbelastung können konservative Maßnahmen ausreichend sein, um die Fußstatik wieder zu verbessern. Dies kann durch speziell angefertigte Einlagen geschehen, durch Physiotherapie oder Spiraldynamik. Manchmal müssen darüber hinaus auch Medikamente wie NSAR (Nichtsteroidale Antirheumatika) oder Kortison-Injektionen gegeben werden. Es gibt hier viele verschiedene Möglichkeiten, den Patienten zu helfen. Alles in allem muss man sagen: Je früher und genauer die Diagnose gestellt wird, desto eher lässt sich eine operative Behandlung vermeiden. Deshalb sollten Vorfußschmerzen nicht einfach auf die leichte Schulter genommen, sondern zur Abklärung rechtzeitig ein Fußspezialist aufgesucht werden. So lässt sich dann oftmals Schlimmeres verhindern.

Meine Herren, haben Sie vielen Dank für das informative Gespräch!

Weitere Informationen

Tel.: 0221-36 90 02 0
info@fusszentrum-koeln.de