

HALLUX VALGUS - MUSS ICH OPERIERT WERDEN?

Von **DR. MED. MYRIELLE FLORENCE HITZ**, Fachärztin für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates

DAS ÜBERBEIN DES GROSSZEHS IST EIN HÄUFIGES PROBLEM. DIESE FEHLSTELLUNG, HALLUX VALGUS GENANNT, KANN TEILS STARKE SCHMERZEN VERURSACHEN. DOCH WAS SIND EIGENTLICH DIE URSACHEN? UND WELCHE BEHANDLUNGSMETHODEN GIBT ES?

Lange Zeit wurden die Schuhe für den Hallux valgus verantwortlich gemacht. Studien haben jedoch gezeigt, dass dies nicht der Wahrheit entspricht. Neben vielfältigen Ursachenfaktoren spielt sowohl bei Frauen als auch bei Männern vor allem die Veranlagung eine grosse Rolle. Der Schuh kann also höchstens die Ausprägung begünstigen.

MUSS DER HALLUX SOFORT OPERIERT WERDEN?

Im Anfangsstadium kann der Entwicklungsverlauf des Hallux valgus durch Training der Fussmuskeln allenfalls verzögert werden. Aufhalten lässt sich die Fehlstellung langfristig jedoch nicht. Durch die Anpassung des Schuhs an den Vorfuss wird lediglich der Schmerz vermindert. Solange der Hallux valgus nicht stört und keine Schmerzen bereitet, wird eine Operation nicht zwingend empfohlen. Auch bei starker Zunahme der Fehlstellung ist eine Operation zu einem späteren Zeitpunkt noch möglich. Patienten verpassen also nichts, wenn sie erst einmal abwarten. Gute Gründe für eine Operation sind Schmerzen. Diese entstehen unabhängig von der Ausprägung der Fehlstellung.

WARUM MUSS DER HALLUX VALGUS OPERIERT WERDEN?

Schmerzen unter dem Vorfussballen:

In einer schiefen Stellung nimmt der Grosszeh keine Last mehr auf. Er weicht beim Abrollen zur Seite aus und die Zehenballen der restlichen Zehen werden überlastet. Nach dem operativen Geradestellen des Hallux nimmt er wieder Gewicht auf, sodass der schmerzende Vorfussballen entlastet wird.

Schmerzen in der hochstehenden, eingekrallten zweiten oder dritten Zehe:

Um Krallenzehen wieder auf den Boden zu stellen und zu begradigen, braucht es Platz neben dem Grosszeh. Der schiefe Grosszeh macht die Korrektur aus Platzgründen unmöglich.

WIE WIRD OPERIERT?

Bei der störenden Vorwölbung am Zeh handelt es sich um das Gelenk selber. Dieses wird bei der Operation nicht einfach abgeschnitten, denn das kann eine Fehlstellung verursachen. Die operierenden Ärzte werden Knochenschnitte hinter und vor dem Gelenk legen und den Knochen so verschieben, dass der Grosszeh wieder gerade steht. Zwei bis drei Schrauben fixieren die Verschiebung. Diese müssen nur entfernt werden, wenn sie stören. In manchen Fällen muss zur Korrektur des schiefen Grosszehs eine andere Technik angewandt werden. Welches Verfahren angewendet wird, entscheidet immer der behandelnde Fusschirurg.

WELCHE METHODE IST DIE BESTE?

Es gibt insgesamt 130 verschiedene Verfahren, den Hallux valgus zu operieren. Die Erfolgschancen sind unterschiedlich. Die Wahl des Verfahrens hängt vom individuellen klinischen und radiologischen Bild, den Erfolgschancen und der Erfahrung des Chirurgen ab. Die hohe Zahl an Methoden und die bekannten Misserfolge zeigen, dass die Korrektur des Hallux valgus zur anspruchsvollen Chirurgie gehört. Der Sprechstundentermin beim Fusschirurg dient dazu, die beste Methode für den Patienten herauszufinden. Neben der offenen Chirurgie gibt es heute die Möglichkeit der sogenannten «Schlüssellochchirurgie» oder «minimalinvasiven Chirurgie». Diese hat Vor- und Nachteile. In der aktuellsten Studie (August 2017), die das offene Verfahren mit dem Schlüssellochverfahren vergleicht, sind die Endergebnisse bezüglich Korrektur und Patientenzufriedenheit sechs Monate nach der Operation bei beiden Verfahren gleich.

WIE GEHT ES NACH DER OPERATION WEITER?

Nach der Operation darf der Fuss in einem Spezialschuh (Darco-Schuh) ab dem ersten Tag voll belastet werden. In den ersten zwei Wochen sollte man den Fuss aber eher ruhig halten. So kann der Fuss abschwellen und die Schmerzen können zurückgehen. Schmerzmittel sind meist zwei Wochen nach der Operation nicht mehr nötig. Nach fünf bis sechs Wochen braucht



Nicht immer sind die Schuhe am Hallux valgus schuld.



Abb.
Röntgen und
klinisches Bild
vor der Operation

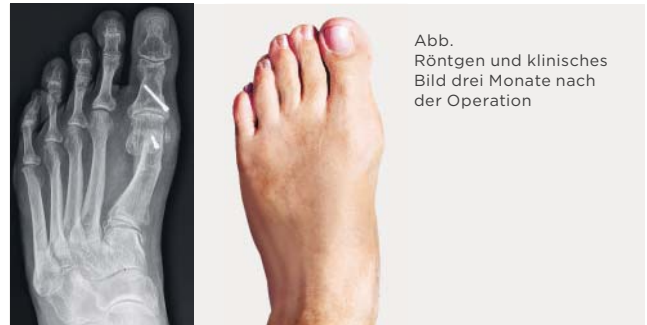


Abb.
Röntgen und klinisches
Bild drei Monate
nach der Operation

es einen bequemen stabilen Schuh. Elegante Schuhe können nach zwei bis drei Monaten wieder getragen werden. Nach dem Heilen des Knochens können Patienten wieder normal gehen. Wenn sich nach dem Heilen des Knochens eine gewisse Gelenksteifigkeit oder bleibende Schwellung abzeichnet, ist eine Physiotherapie sinnvoll.

WANN KANN MAN WIEDER SPORT MACHEN?

Um wieder Sport zu treiben, muss der Knochen stabil sein. Die Kapsel, Sehnen und Bänder bleiben häufig vier bis sechs Monate geschwollen und empfindlich. Der Fusschirurg kann dem Patienten im Gespräch aufzeigen, welche Sportarten sich besser eignen. Zum Beispiel können ein Training auf dem Veloergometer häufig bereits nach vier Wochen wieder aufgenommen werden, Joggen nach drei bis vier Monaten und Ballsportarten erst nach vier bis sechs Monaten.

WANN KANN MAN WIEDER ARBEITEN?

Das hängt vom Beruf des Patienten ab. Überwiegend sitzende Tätigkeiten sind zwei bis drei Wochen nach der Operation möglich, abwechselnd sitzende und stehende Tätigkeiten nach vier bis acht und stehende, körperlich anstrengende Arbeiten erst nach drei bis vier Monaten. Auch hier sollten Patienten den Rat des Chirurgen befolgen.

In allen Beiträgen sind sinngemäss immer weibliche und männliche Personen gemeint.

PUBLIKUMSVORTRAG

von Dr. med. Myrielle Florence Hitz

HALLUX VALGUS - MUSS ICH OPERIERT WERDEN?

Mittwoch, 16. Mai 2018

18.30-19.30 Uhr

Tagungsraum beim Salem-Spital

KONTAKT



DR. MED. MYRIELLE FLORENCE HITZ

Fachärztin für Orthopädische
Chirurgie und Traumatologie
des Bewegungsapparates

PRAXISADRESSE

Praxis für Fusschirurgie
Dr. med. Martin Huber-Trees und
Dr. med. Myrielle Hitz
Schänzlistrasse 33
3013 Bern
T +41 31 333 82 30
info@fusschirurgiebern.ch