

WAS TUN, WENN DIE FÜSSE EINEN AUSBREMSEN

Interview mit dem Fußexperten Dr. Alexander Meyer
1. Juli, 18 Uhr, Vortrag zur Fußgesundheit im JoHo Wiesbaden

Nur mit gesunden Füßen geht, steht und läuft es sich gut durchs Leben. Aber nicht jeder ist gut zu Fuß. Gerade ältere Menschen, zumal Frauen, plagen oft dauerhafte Beschwerden an Füßen und Zehen. Dr. Alexander L.J. Meyer, Oberarzt an der Klinik für Orthopädie am JoHo Wiesbaden, hat sich auf die Fußchirurgie spezialisiert. Im Interview erklärt er, welche Krankheitsbilder der Füße ihm in seiner Sprechstunde häufig begegnen und was sich dagegen tun lässt.

Was sind die drei häufigsten Gründe, aus denen Patienten zu Ihnen in die Sprechstunde kommen?

Meyer: Ganz häufig kommen Patienten wegen anhaltender Schmerzen im oder am Großzehengrundgelenk. Ursächlich dafür ist in der Regel eine Fehlstellung des großen Zehs (Hallux valgus). Auch ein Schmerz unter dem Vorfuß im mittleren Bereich, die Metatarsalgie, ist oft ein Grund, unsere Sprechstunde aufzusuchen. Manche Patienten beklagen recht unspezifische Beschwerden, die ihren Ursprung im Rückfuß oder in der Fußwurzel haben, nicht selten verbunden mit einer Ausstrahlung Richtung Zehenspitze oder Unterschenkel.

Wie verteilen sich die Erkrankungen nach Alter und Geschlecht?

Meyer: Das Gros unserer Patienten ist zwischen 50 und 70 Jahre alt, darunter überwiegend Frauen. Das Verhältnis von Frauen zu Männern bewegt sich ungefähr bei 3:1.

Weiß man, warum Frauen so viel häufiger Fußprobleme haben?

Meyer: Der Grund dafür ist noch nicht abschließend erforscht. Man vermutet jedoch sowohl genetische als auch mechanische Ursachen, beispielsweise durch falsches Schuhwerk. Es spricht vieles dafür, seine Füße nicht in Haltungen zu zwingen, die unsere Anatomie nicht vorgesehen hat.

Sind Fehlbildungen der Zehen erblich?

Meyer: Ja, Deformitäten sind nachweislich auch erblich. Fehlbelastungen, das Laufen in engen, sehr hochhackigen, instabilen Schuhen oder auf ungeeignetem Untergrund können ebenfalls das Entstehen von Fehlbildungen begünstigen.

Und was ist ursächlich für Schmerzen im Mittel- und Rückfuß?

Meyer: Die sind sehr unterschiedlich. Im höheren Lebensalter spielt die Arthrose eine große Rolle. Aber auch die Fehlstellung in der mechanischen Achse führt zu Fehlbelastungen und kann Reizungen des umgreifenden Weichgewebes verursachen - mit Auswirkungen auf die Mittel- und Rückfußknochen.

Gibt es Möglichkeiten, die Schmerzen ohne operativen Eingriff dauerhaft zu lindern?

Meyer: Eine Möglichkeit ist es, durch maßgefertigte orthopädische Schuhzurichtungen und Einlegesohlen vorhandenes Schuhwerk so auszugestalten, dass Fußbeschwerden gemindert oder beseitigt werden. Bei bestimmten

Krankheitsbildern lässt sich damit eine deutliche Besserung der Lebensqualität erreichen. Aber es gibt auch Fälle, bei denen orthopädische Hilfsmittel keine wirksame und dauerhafte Linderung erwarten lassen.

Wann ist eine Operation unvermeidlich?

Meyer: Wenn die Schmerzen den Alltag massiv belasten, also beispielsweise die Mobilität oder die Arbeitsfähigkeit erheblich eingeschränkt sind. Eine OP ist nie Selbstzweck, sondern hat das Ziel, die Lebensqualität merklich zu verbessern. Auch ästhetische Gründe sollten nicht der Grund sein, einen Fuß zu operieren. Wichtig ist, dass man gut gehen und laufen kann.

Wie lange dauert es, bis ich nach der OP wieder normal laufen kann?

Meyer: Das ist abhängig von der durchgeführten Operation. In der Regel benötigen unsere Patienten sechs bis acht Wochen, um den operierten Fuß wieder voll belasten zu können. Bis zu einem flüssigen Gangbild und einem kompletten Abschwollen vergeht in manchen Fällen bis zu einem halben Jahr.

Kann sich trotz OP erneut eine Fehlstellung entwickeln?

Meyer: Das ist selten, aber leider möglich.

„Es spricht vieles dafür, seine Füße nicht in Haltungen zu zwingen, die unsere Anatomie nicht vorgesehen hat.“

Oberarzt in der Klinik für Orthopädie
Dr. Alexander L.J. Meyer

Behandeln Sie auch Kinder mit Fehlstellungen des Fußes?

Meyer: Ja. Fuß-Fehlstellungen kommen bei Kindern nicht selten vor. Häufig liegen andere Grunderkrankungen vor. Beispielsweise kommt es bei Kindern mit infantiler Zerebralparese zu Spastiken. Hierdurch entwickeln sich Fußfehlstellungen, die durch Sehnentransfer-Operationen und Umstellungsosteotomien an den Fußknochen behandelt werden können. Meine Kollegin, Dr. Stefanie Adolf, ist Fachärztin für Kinder-Orthopädie am JoHo. Wir haben eine eigene Sprechstunde, an die sich Eltern mit ihren Kindern wenden können.



Dr. Alexander Meyer und sein Team bei einem Eingriff am Fuß. Schlüsselloch-Technik ermöglicht ein präzises und für den Patienten schonendes Vorgehen. Fotos: St. Josefs-Hospital

„SOLANGE ICH LAUFEN KANN, IST ALLES OKAY“

Patientin mit versteiftem Sprunggelenk gewinnt nach OP täglich an Mobilität

„Man muss sich zu helfen wissen“, sagt Marianne Seiler (Name von der Redaktion geändert) und navigiert ihren Rollator Richtung Esszimmer. Dabei tritt sie immer mit der gesamten Fußfläche auf. Abrollen geht nicht, denn ihr linker Fuß wurde am 4. Oktober letzten Jahres in einer dreistündigen Operation in der Klinik für Orthopädie am JoHo Wiesbaden von Oberarzt Dr. Alexander Meyer versteift.

Bei dem Eingriff wurde der 73-jährigen Wiesbadenerin ein künstliches Sprunggelenk entfernt, das vor neun Jahren als Gelenkersatz implantiert worden war. Der Knochen am Übergang zum Schienbein hatte angefangen sich zurückzubilden. Im JoHo hat man ihr aus Becken- und Wadenbeinknochen den entstandenen Defekt aufgefüllt, mit Hilfe eines Metallstabs und Schrauben stabilisiert und das Gelenk versteift.

„Nach der Operation habe ich zehn Wochen lang eine Orthese getragen“, sagt sie. Das ist ein Hilfsmittel, das dem Sprunggelenk Halt gibt und es entlastet. Der Fuß sieht gut aus, die Narben sind glatt und weich, in Kürze beginnt Marianne mit der Physiotherapie. Ziel ist es, trotz Versteifung wieder ein flüssigeres Gangbild zu bekommen.

Sprechstunden für die Füße

Sprechstunde Fußchirurgie,
Dr. Alexander Meyer
freitags von 8 bis 13 Uhr

Sprechstunde Kinderorthopädie und Fußchirurgie
Dr. Stefanie Adolf
werktags, 8 bis 14 Uhr

Terminvereinbarung über die
Orthopädische Ambulanz
E-Mail: orthoambulanz@joho.de
Tel. 0611/177-3636



Dr. Alexander Meyer begutachtet den Heilungsverlauf nach der Versteifung des Sprunggelenks. Er ist - wie die Patientin - sehr zufrieden.

„Manchmal spüre ich eine leichte Spannung vom Zeh bis zur Ferse, aber es tut nicht weh. Ich muss nur achtgeben, dass ich die Balance halte zwischen belasten und ausruhen“, sagt Seiler. Darin ist sie allerdings Profi, denn ihre Knochen machen Marianne seit vielen Jahren zu schaffen; Hüfte und Knie wurden bereits ersetzt.

Und nun also der linke Fuß. Schon als junge Frau habe der ihr Probleme bereitet. „Ich bin immer wieder umgeknickt, einfach so, ohne zu stolpern oder zu stürzen. Dass eine Versteifung irgendwann notwendig werden würde, sagte man ihr schon vor Jahren. Das künstliche Sprunggelenk hat ihr Zeit verschafft, nicht mehr. Mit dem Ersatz aus körpereigenem Material ist sie sehr zufrieden. „Solange ich laufen kann, ist alles in Ordnung“, sagt die beherzte Rentnerin. Und mit ihrem ständigen Begleiter, dem Rollator, klappt das einwandfrei.

MONTAGS im JoHo

2. Halbjahr 2024

Termine	Themen
1. Juli	Fußerkrankungen
9. September	Hüfte und Knie
14. Oktober	Brustkrebs (nur online)
4. November	Sportverletzungen
11. November	Herzschwäche
9. Dezember	Parkinson

Montags, 18 Uhr,
Vortragssaal
Zoom-Link

<https://kurzelinks.de/9tbq>



Kranke Füße in guten Händen

Das St. Josefs-Hospital in Rudesheim unterhält ein Zentrum für Fuß- und Sprunggelenkchirurgie, in dem unter Leitung von Dr. Paul Simons jährlich rund 700 Operationen von ausgewiesenen Fußchirurgen durchgeführt werden. Beratung, Erfahrung und neuestes Wissen rund um die Fußgesundheit finden Patientinnen und Patienten dort ebenso wie am JoHo-Standort in Wiesbaden.

Sprechstundenzeiten
dienstags von 9 bis 16 Uhr
donnerstags von 9 bis 16 Uhr

Terminvergabe
Tel. 06722/490-923
E-Mail: fusschirurgie@joho-rheingau.de

Mehr unter: www.joho-rheingau.de/medizin-pflege/fachabteilungen/fusschirurgie

