

Ballenzeh – ein kleiner Eingriff macht wieder schmerzfrei

Viele Frauen leiden unter einem Schiefstand des Großzehs, dem Hallux valgus oder Ballenzeh. Der Münchner Experte für Fußchirurgie, Dr. Michael Magin (kl. Foto), erklärt, wie er die Fehlstellung in einer Mini-OP behebt...



Wenn Einlagen nicht helfen

Schnelle Linderung per Mini-Eingriff

Jede zehnte Frau in Deutschland leidet unter einem Ballenzeh. Dabei schiebt sich der große Zeh fußeinwärts, und an der Fußinnenseite bildet sich eine

große Beule. Zu Beginn sieht das einfach nur unschön aus. Mit der Zeit kann daraus allerdings ein gesundheitliches Problem werden: Hühneraugen, Entzündungen unter der Haut und Fußschmerzen sind die Folge.

„Durch die Fehlstellung des Großzehs verlagern sich die Nerven auf der Unterseite des Fußes“, erklärt der Münchner Experte für Fußchirurgie Dr. Michael Magin. Rutscht ein Nerv auf die falsche Stelle, kann jeder Schritt zu einem Gang wie auf glühenden Kohlen werden. Bringen Bandagen, Einlagen oder Schienen keinen Erfolg, rät der Orthopäde zu einer Operation nach der neuen Stoffella-Methode. Sie dauert rund 30 Minuten. Der Vorteil: Es können direkt beide Füße behandelt werden.

Der Vorteil der neuen Methode

Belastung der Füße sofort wieder möglich

Der Trick der Stoffella-Technik: Statt den Zehenknochen wie früher üblich mit einem Draht zu begradigen, setzt der Arzt eine Metallspange ein, die die Knochen Teile nach der Stellungskorrektur wieder stabil zusammensetzt. Das Gute: **Der Fuß kann sofort nach dem Eingriff wieder belastet werden.** Das Transplantat wird nach rund sechs Wochen entfernt.



Die Schmerzen bei einem Ballenzeh gehen nicht von allein weg. Deshalb sollte man mit einer Operation nicht zu lange warten

Rückenschmerzen verschwinden

Wieder viel mehr Halt beim Laufen

noch weitere positive Veränderungen: So verschwinden beispielsweise nach der OP oft auch Rücken- oder Knie-schmerzen. Der Grund: Durch den Ballenzeh haben die Betroffenen jahrelang ihren Fuß falsch belastet. Statt beim Gehen ganz natürlich über den großen Zeh abzurollen, verlagern sie das Gewicht unbewusst auf die Fußaußenseite. Das belastet Knie, Hüfte und Wirbelsäule falsch und kann auch dort zu Schmerzen führen. Deshalb raten Experten, eine Operation nicht zu lange hinauszuzögern. ■

Ist der Zeh gerade gerückt, bemerken manche Patienten

So funktioniert die Stoffella-Technik

- **Diese Methode** (benannt nach ihrem Entwickler Dr. Rudolf Stoffella) unterscheidet sich hauptsächlich dadurch, dass der Mittelfußknochen durch eine Metallspange anstatt mit Draht begradigt wird. Vorteil: Entzündungen nach der OP treten kaum noch auf. Die Spange wird nach ca. sechs Wochen wieder entfernt.
- **Die Zehengelenke** behalten ihre volle Beweglichkeit. Es können beide Füße innerhalb einer OP behandelt und danach sofort wieder belastet werden. Die Kasse beteiligt sich an den Kosten.

Tipps für den Schuhkauf

Zehen brauchen vorn daumenbreit Platz

Nachmittags ist der beste Zeitpunkt, um Schuhe zu kaufen. Dann sind die Füße etwas größer, die Schuhe drücken später nicht.

► Bei der Anprobe sollte man einige Schritte gehen, um zu sehen, dass der Fuß gut abrollen kann.

► Immer beide Schuhe anprobieren, denn die Füße können unterschiedlich groß und breit sein.



Hohe Schuhe können die Füße auf Dauer stark belasten

Gelenkkapsel
Knochen-vorwölbung

Weitere Infos unter:
www.drmagin.de