

# Wenn der Schuh drückt ...

Die meisten Menschen schenken den Füßen erst Beachtung, wenn sie nicht mehr richtig funktionieren. Doch dann ist es oft zu spät.

Von Ute Weilbach

**Bad Salzungen** – Der Fuß ist ein wichtiges Organ des menschlichen Körpers. Der Mensch steht auf den Füßen, bewegt sich vorwärts und kann sogar damit fühlen. Der Fuß sendet Informationen über den Untergrund – Unebenheiten, Material und Beschaffenheit. Der Fuß hat 26 Knochen, 49 Muskeln und unzählige kleine Gelenke. Er ist ein sehr komplexes Organ, welches von zahlreichen Erkrankungen der Knochen, Sehnen, Muskeln und Schleimbeutel befallen werden kann.

Das nächste gemeinsame Gesundheitsforum des Klinikums Bad Salzungen mit den beiden Heimatzeitungen „Südthüringer Zeitung“ und „Freies Wort“ am Mittwoch, 28. Juni, wird sich den Erkrankungen des Fußes widmen. Unter dem Motto „Wenn der Schuh drückt ...“, werden die Referenten konservative und operative Behandlungsmöglichkeiten bei Fußbeschwerden vorstellen.

Dr. Gabriele Lichti, Cheärztin des Zentrums für Physikalische und Rehabilitative Medizin, wird einleitend auf die Anatomie und die Funktion des Fußes sowie auf häufige Beschwerden eingehen. Diese Beschwerden entstehen oftmals nicht

## Gesundheitsforum

Mittwoch, 28. Juni, im Klinikum Bad Salzungen  
16 bis 18 Uhr – Gesundheitsmesse im Foyer

18 Uhr – Gesundheitsforum

- Konservative Behandlungsmöglichkeiten bei Fußbeschwerden – Cheärztin Dr. Gabriele Lichti
- Operative Maßnahmen – bei Hallux und Fersensporn – Oberärztin Stephanie-Andrea Müller
- Der Diabetische Fuß – Möglichkeiten der Prophylaxe und Therapie – Chefarzt Thomas Schaefer



Cheärztin Dr. Gabriele Lichti während der Untersuchung eines erkrankten Fußes.

belasten. Mit dem diabetischen Fuß wird Thomas Schaefer, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie, einen ganz anderen Aspekt der Fußerkrankungen beleuchten. Eigentlich treffe das Motto „Wenn der Schuh drückt ...“ beim diabetischen Fuß nicht zu. Von 9 Millionen Diabetikern in Deutschland erkranken zirka 270.000 Menschen an einem diabetischen Fuß, der sich in Deformationen des Fußgewölbes, vermindertem Schmerzempfinden und in der Folge mit tiefen Wunden am Fuß zeigen kann.

Während der gesunde Mensch einen spitzen Stein im Schuh nach spätestens zwei Metern entfernt, merkt der Diabetiker diesen Stein unter Umständen gar nicht und fügt sich so beim Gehen schwere und tiefe Wunden zu.

Foto: Heiko Matz

Deshalb rät Chefarzt Schaefer allen Diabetikern, den Diabetes vom Haus- oder Facharzt ordentlich einstellen zu lassen und jeden Tag einen Blick auf die Füße zu werfen, auch unter die Fußsohlen. Dafür gebe es spezielle Spiegel oder der Partner müsse helfen. Für Diabetiker ein Muss sei auch eine medizinische Fußpflege. Denn jede kleine Verletzung am Fuß könne bei Diabetikern schlimme Folgen haben.

Sind Wunden entstanden, müsse versucht werden, mit Hilfe von Antibiotika die Entzündung in den Griff zu bekommen. Durch Operationen an den Gefäßen könne die Durchblutung des Fußes verbessert werden. Wer das alles vernachlässige und der Eiter stehe bereits im Schuh, bei diesen Patienten bleibe oft nur als letzter Ausweg die Amputation.

nur lokal, sondern können auch Knie-, Hüft- oder Rückenschmerzen verursachen.

Zahlreiche Erkrankungen der Knochen, Sehnen, Schleimbeutel und Muskeln sind Grund für Schmerzen und Funktionsstörungen des Fußes. Hierzu zählen zum Beispiel die Entzündung der Achillessehne, der Sehne der Fußsohle im Fersenbereich sowie Fehlstellungen und Deformationen, wie der Hallux valgus (schiefer Großzeh).

Im Rahmen der Diagnostik sei es vor allen Dingen wichtig, so Dr. Lichti, die Ursachen für die Beschwerden herauszufinden, da nur so eine gezielte Therapie erfolgen könne.

Die konservative Therapie biete zahlreiche Möglichkeiten und sei immer einer operativen Therapie vorzuziehen. Mit Ultraschall, Tiefenlaser, Stoßwelle, gezielten krankengymnastischen und ergotherapeutischen Übungen, manueller Therapie sowie

Infiltrationen könne häufig eine Schmerzlinderung und Verbesserung der Funktion des Fußes erzielt werden. Die physikalische Therapie werde oftmals durch Einlagen, spezielle Bandagen oder auch Kinesiotaping unterstützt und somit gute Behandlungsergebnisse erzielt.

Fußerkrankungen, die sich oft familiär häufen, könne jeder vorbeugen. Wichtig sei gutes Schuhwerk, die regelmäßige Kräftigung der Fußmuskulatur, die Vermeidung von Übergewicht und eine sorgfältige Fuß- und Nagelpflege, so die Ärzte.

Erst wenn sich durch die konservative Therapie nicht die gewünschten Erfolge einstellen und der Leidensdruck des Patienten immer größer wird, werde eine Operation erwogen.

Dr. Stephanie-Andrea Müller, Oberärztin der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, wird die operativen Möglichkeiten beim Hallux valgus, Fersensporn oder bei Achil-

lessehnenproblemen vorstellen. Wichtig, der Patient braucht Geduld. Nach einer Überbein-OP kann er nicht so einfach aus dem Bett springen. Sechs Wochen darf der Fuß in der Regel nicht belastet werden. Nach vier bis sechs Wochen gibt es Entlastungsschuhe und Stöcke und es können erste physiotherapeutische Maßnahmen verordnet werden. Frühestens nach neun bis zehn Wochen kann der Patient in einen normalen Schuh schlüpfen. Enge und spitze Schuhe bleiben ausgeschlossen, so Dr. Müller.

Die Oberärztin wird auch erklären, wie der Operateur den schmerzenden Fersensporn ausschalten oder die Beschwerden an der Achillessehne zumindest lindern kann. Aber alle Operationen am Fuß seien langwierig, so Dr. Müller. Bei diesen Operationen könne der Patient den Fuß in der Regel zirka vier bis sechs Wochen nach der OP bis zur Schmerzgrenze