

Hallux valgus - Wenn die Großzehe sich krümmt

Der Hallux valgus (Ballenzeh) ist die häufigste Fehlstellung der großen Zehe. Bei Frauen besteht diese Fußfehlstellung deutlich häufiger, da neben genetischen Ursachen und einem schwachen Bindegewebe vor allem das Tragen von vorne engzulaufenden Schuhen mit hohem Absatz für die Entstehung eines Hallux valgus verantwortlich ist.

Charakteristisch ist die Stellung der Großzehe nach außen zu den Kleinzehen hin und die Verbreiterung des Mittelfußes mit einer Druckstelle an der Innenseite.

Im Anfangsstadium kann die Stellung noch gut durch die Muskulatur und straffes Bindegewebe gehalten werden, doch im Laufe der Zeit wird der Fuß immer breiter und die Stabilität des Quergewölbes lässt nach. Schmerzen entstehen vor allem beim Gehen und durch den Druck im Schuhwerk. Zu diesem Zeitpunkt kann versucht werden, den Fuß konservativ mit Einlagen, Schienen und gezielter Fußgymnastik zu stabilisieren und zu kräftigen, doch kann dadurch der Ausgangszustand nicht wiederhergestellt werden. Wenn auch die konservative Therapie nicht mehr ausreicht, um den Schmerz zu reduzieren, bleibt meistens nur noch die Operation. Hier gibt es sehr viele verschiedene Operationsverfahren, welche für jeden Patienten individuell bezogen auf seine Fehlstellung ausgewählt werden. Der Großzeh wird dabei begradigt und der Mittelfuß verschlankt, sodass ein problemloses Abrollen des Fußes mit einer deutlich verbesserten Sehnenführung ohne Druck im Schuhwerk wieder möglich ist.

Doch auch nach einer Operation sollte auf richtiges Schuhwerk, die Durchführung von regelmäßiger Fußgymnastik und eine optimale Einlagenversorgung geachtet werden.

Ingo Stolzenberg, Oberarzt LVR-Klinik für Orthopädie Viersen

