

Plattfüße können Kopfschmerzen machen

MEDIZIN Dr. Matthias Lerch erklärt, wie man diese Fehlstellung behandeln kann – Konservative und operative Möglichkeiten

VON INGA MENNEN

WITTMUND – Wenn er anfängt über Füße zu sprechen, dann kommt er so richtig ins Schwärmen. Sprunggelenke, Sehnen, Knochen – all das auf dem wir uns täglich bewegen sind die Leidenschaft von PD Dr. Matthias Lerch, Chef der Orthopädie und Unfallchirurgie, Hand- und Fußchirurgie sowie Sportmedizin im Krankenhaus Wittmund. Mit dem zertifizierten Fußchirurgen widmen wir uns heute dem Thema Plattfüße – auch Knick-Senk-Fuß genannt. Und genau da steckt schon die Erklärung drin, denn das Gelenk knickt weg und der Fuß senkt sich mit der gesamten Sohle auf den Boden.

Nicht alles muss operiert werden

„Diese Art der Fehlstellung ist nichts krankhaftes, es gibt Menschen, denen werden die Plattfüße niemals Beschwerden machen“, sagt der 43-Jährige. Allerdings sind die Plattfüße nicht selten Vorstellungsgrund bei Kinderorthopäden, weiß der Mediziner. Dabei wer-



Chefarzt Dr. Matthias Lerch zeigt die kleine Wunderschraube, die in den Hohlraum unter das Fußgelenk implantiert werden kann. Dadurch wird sich der Fuß aufrichten.

BILDER: INGA MENNEN

Physiotherapie“, sagt der Chirurg. Warum aber knickt der Fuß nach innen weg? Was ist die Ursache dafür, dass sich das Gewölbe auf den Boden drückt? Der Privatdozent gibt die Antwort: „Meist ist der Funktionsverlust der Tibialis Posterior Sehne verantwortlich.“ Diese Sehne stabilisiert die Innenseite des Fußes und wird so beim Plattfuß mehr belastet als normal.

Entzündung und Verschleiß

Das kann zu einer Entzündung und einem Verschleiß führen. Die Folge wird sein, dass der Fuß sich weiter nach innen senkt, das Gewebe anschwillt und es zu Schmerzen kommt. Spätestens dann sollte man handeln. „Jeder Betroffene kann die Muskulatur kräftigen, das wird auch durch Barfußlau-



Bei der Fehlstellung knicken die Gelenke nach innen.

fen gefördert“, erklärt der Fußchirurg. Denn prägt sich die Fehlstellung weiter aus, dann wird sich auch die Wadenmuskulatur und die Achillessehne verkürzen. Das wiederum hat die Knickstellung der Ferse zur Folge. „Damit haben wir es dann schnell mit einer Großbaustelle zu tun“, sagt Matthias Lerch. Denn er weiß aus seiner Erfahrung, der Fuß ist komplex



So sieht ein Plattfuß aus: Der gesamte Fuß steht auf dem Boden – auch das Gewölbe.

und für Beschwerden gibt es meistens nicht nur eine Ursache.

Das Gesamtpaket aber ist es auch, über das sich der Chirurg dann ein Bild machen muss. Mittels des MRT kann er feststellen, welche Behandlungsmöglichkeiten angewendet werden müssen, um den Fuß zu richten und die Belastbarkeit ohne Schmerzen wieder

herzustellen. Dr. Matthias Lerch erklärt, wie auch Kopfschmerzen mit den Plattfüßen zusammenhängen können. „Das gesamte Skelett baut sich auf den Füßen auf. Bei einem Plattfuß neigen sich die Beine zur X-Stellung, damit verschieben sich dann auch Hüfte und Becken, am Ende sogar die Schultern und die Halswirbelsäule. Das kann zu Kopf-

schmerzen oder sogar zu Zahnfehlstellungen führen.“

Das Sinus Tarsi Implantat

Bei der Operation, die zwischen 15 Minuten und 1,5 Stunden dauern kann, bietet der Mediziner, wie er sagt, gerne das gesamte Menü an. „Die Achse der Ferse wird korrigiert, sie wird ein Stück verlängert und verschoben und mit Schrauben fixiert“, erklärt der Arzt. Es gibt aber auch die Möglichkeit, Körper und Sprunggelenk auszutricksen. Im unteren Sprunggelenk gibt es einen Hohlraum, den man mittels eines Sinus Tarsi Implantats auffüllen kann. Das ist eine kleine Schraube, die eine große Wirkung erzielt. Damit wird der Fersenknochen wieder unter das Sprungbein reponiert und das Einknicken verhindert. Der Fuß wird sich aufrichten und ein Gewölbe entstehen.

Nach Station folgt Spezialschuh

Die Patienten müssen sich aber darüber im Klaren sein, dass ein Eingriff eine stationäre Behandlung zwischen zwei (bei dem Implantat) und bis zu sechs Tagen nach sich zieht. Etwa sechs Wochen muss auch ein Walker – ein Spezialschuh – getragen werden, bis der Fuß wieder fast belastbar ist. Das kommt aber nur bei den großen Eingriffen zum Tragen, beim Einsetzen der Schraube ist der Fuß sofort belastbar.

Mit Belastung kennt sich der Chefarzt auch bestens aus. Dr. Matthias Lerch ist bekennender Kraftsportler. In der nächsten Folge erklärt er, wie dieser Sport den Menschen positiv beeinflussen kann – auch an den Fußgelenken.

Klinik
vor Ort

den sich Muskulatur, Sehnen und Bänder in den ersten Jahren noch ausbilden und der Fuß mit Wahrscheinlichkeit eine normale Stellung einnehmen, so Dr. Lerch. Es ist auch nicht gesagt, dass ein Plattfuß nur mit einer Operation zu Leib gerückt werden kann. „Es gibt viele und sehr gute konservative Behandlungsmöglichkeiten von Einlagen bis hin zu