

Umgeknickt - was nun?

Umgeknickt - was nun?

Klinik St. Wolfgang verspricht schnelle Hilfe

Ein falscher Schritt, eine unerwartete Bewegung – und schon ist es passiert. Der Fuß knickt um, weitermachen wird unmöglich. Was für Freizeitsportler schon ärgerlich ist, kann Leistungssportler auf der Karriereleiter kostbare Zeit kosten, im schlimmsten Fall durch Beeinträchtigung der Bewegung das Aus für berufliches Weiterkommen bedeuten.

VITA: Dr. Tomas Buchhorn

Dr. med. Dipl.-Sportwiss. Tomas Buchhorn

Der Sportmediziner, Orthopäde und Sportwissenschaftler ist spezialisiert auf Sprunggelenks-, Vorfuß- und Schulteroperationen. Er betreut bekannte Athleten und Sportmannschaften in den Bereichen Laufen, Fußball und Golf. Seit Januar behandelt und operiert er externe Patienten in der Klinik St. Wolfgang. In der orthopädischen Gemeinschaftspraxis in Straubing ist er ebenfalls als Partner tätig. Hier bietet er einmal wöchentlich eine Sprechstunde speziell für Läufer an.

„Vor allem Folgeerscheinungen wie Instabilität im Sprunggelenk werden von Leistungssportlern häufig geschildert“, so der Orthopäde und Sportwissenschaftler Dr. Tomas Buchhorn, der in Klinik und Hotel St. Wolfgang im bayerischen Bad Griesbach operiert. Oftmals fühlen sich Sportler nach einem Umknicktrauma unsicher, haben das Gefühl, ungenügenden Halt zu haben oder sich das Gelenk zu „verklemmen“. „Durch eine so entstandene Schonhaltung kann die gesamte Körperstatik aus dem Gleichgewicht kommen und so an anderen Stellen Probleme verursachen“, beschreibt der Fachmann. Herkömmliche Behandlungsmethoden können etwa 60 bis 80 Prozent der betroffenen Patienten helfen, hier heilen die Beschwerden mit Hilfe einer konservativen Therapie, also durch Ruhigstellung und Entlastung mittels Schiene oder Krücken, folgenlos aus. Aber bei 40 bis 60 Prozent der Patienten, denen nicht geholfen werden konnte, sind auch die weiterführenden Maßnahmen wie Koordinationstraining und die Stärkung der Fußaußenrandheber nicht ausreichend, um die Beschwerden zu verringern oder loszuwerden. Doch mit speziellen Operationstechniken kann auch bei Problemfällen Schmerzfreiheit und die volle Belastungsfähigkeit wiederhergestellt werden. Durch einen minimalinvasiven Eingriff, also eine Operation mit Hilfe einer winzigen Kamera, wird das betroffene Gelenk untersucht und behandelt: „Oft sind zu gering ausgebildetes Narbengewebe, was nicht ausreichend Halt im Sprunggelenk bietet, oder abgelöster Knorpel die Ursache für ein Unsicherheitsgefühl oder Einklemmungen im Sprunggelenksbereich. Mit einer Kamera, die 2,4 Millimeter Durchmesser hat, kann man das Gelenk betrachten und danach auch überflüssiges Gewebe gleichzeitig entfernen oder das Gelenk mit kleinen, im Körper abbaubaren Ankern stützen.“ Spätestens nach acht Wochen seien selbst Stop-and-Go-Sportarten wieder mit voller Belastung durchführbar, so der Experte. „Allerdings setzt das voraus, dass der Patient sich an die vorhergehenden Maßnahmen hält und in den ersten drei Wochen lang Krückern, danach Spezialschuhe benutzt.“ In den meisten Fällen sei eine Rückkehr zum geliebten Sport, zumindest aber zu leistungserhaltenden Sportarten wie beispielsweise dem Schwimmen, schon viel eher möglich.

