

Hammer- und Krallenzehen

Ursachen



Die Krallenzeh „krallt“ sich in die Schuhsohle und verursacht schmerzhafte Hühneraugen.

Patienten machen nicht selten enge Schuhe für die häufige Zehendeformität Hammerzehe oder Krallenzeh verantwortlich. Krallenzehen können auch durch einen Nervenschaden bedingt sein, der seine Ursache in Erkrankungen wie Diabetes oder Alkoholmissbrauch hat und die Fußmuskulatur schwächen kann. Wenn Sie eine Krallenzeh haben, dann „krallt“ sich die Zehe in die Schuhsohle und verursacht schmerzhafte Hühneraugen (Clavi). Krallenzehen nehmen ohne Therapie zu und können mit der Zeit zu einer fixierten Deformität werden.

Symptome

- » Ihre Zehen sind abwärts gebeugt (Flexion) im Mittelgelenk, Richtung der Sohle Ihres Schuhs (Hammerzehe).
- » Bei Krallenzehen sind die Zehen noch zusätzlich im Grundgelenk aufwärts gebeugt (Extension).
- » Manchmal sind die Zehen auch noch im Endgelenk abwärts gebeugt und wickeln sich unter den Fuß (Klauenzehe).
- » Hühneraugen und Schwielen können sich auf der Zehe oder unterwärts am Fußballen ausbilden.

Konservative Therapie

Hammer- und Krallenzehen sind zunächst üblicherweise flexibel, neigen aber dazu mit der Zeit zu einer rigiden Fehlstellung zu werden. Im Frühstadium kann ein Tape, eine kleine Schiene oder Einlagen mit retrokapitaler Abstützung den Zeh in die korrekte Position zu bringen. Zusätzliche Tipps sind:



- » Tragen Sie Schuhe mit weichen und weiten Zehenboxen. Meiden Sie enge Schuhe und hohe Absätze.

Weitere Informationen:

Tel.: 0611-572 120

www.orthopaedie-aukamm.de

- » Dehnen und Strecken Sie Ihre Zehen täglich mit der Hand in ihre normale Position.
- » Trainieren Sie Ihre Zehen, in dem Sie z.B. Murmeln aufheben oder ein Tuch auf dem Boden zusammenknüllen.

Wenn Sie schon Hammer- und Krallenzehen im späteren Stadium haben und die Fehlstellung teilfixiert ist:

- » Eine spezielle Abstützung im Schuh bzw. Einlage kann das Gewicht auf den Vorfußbereich besser verteilen und so Beschwerden lindern.
- » Versuchen Sie extra-weite Schuhe mit weitem 1,5cm Platz in der Zehenbox.
- » Ggf. bitten Sie einen Schuster eine kleine Tasche in die Zehenbox zu dehnen, um der Fehlstellung mehr Platz zu schaffen.

Wird das Gewicht besser auf den Vorfußbereich verteilt, werden Beschwerden gelindert.

Einlagenversorgung

Als Basis für die Fertigung von Einlagen ist eine dynamische Messung sinnvoll.

Mittels einer Plattform wird die präzise Fußstellung und die eingeleiteten Druckkräfte sowohl bei statischen als auch bei dynamischen Abläufen erfasst. Somit ist eine exakte Erfassung der Fußreaktionskräfte und der Körperschwerpunkte im Stehen und Gehen möglich. Die Software ermöglicht es, die in Echtzeit dargestellte Fußdruckverteilung für die individuelle Patientenversorgung zu übernehmen. Die ausgereifte Messtechnologie bietet hohe Sensitivität und Auflösung.

Das System ermöglicht folgende Messungen:

- » statische Fußdruckmessung zur Erfassung der Druckverhältnisse im Stehen
- » statische Gleichgewichts- bzw. Schwerpunktermittlungen für jeden einzelnen Fuß und für den gesamten Körper, um Haltungsdefizite zu erfassen



Einlagen sollten auf Basis einer dynamischen Messung gefertigt werden.

So können wir Sie exakt und individuell versorgen.

Weitere Informationen:

Tel.: 0611-572 120

www.orthopaedie-aukamm.de



Eventuell sind Ihre Beschwerden nur durch einen operativen Eingriff linderbar.

Das Operationsverfahren entscheiden wir sehr individuell unter Berücksichtigung aller anatomischen und funktionellen Gegebenheiten des gesamten Fußes und der unteren Extremität.

- » Messungen im Gehen zur Erfassung der dynamischen Druckverteilung an den Füßen sowie zur Erfassung des Gangbildes und Gleichgewichtsverhaltens des Körpers, um diese mittels der speziellen nomn uns mit entwickelten Software bei der Einlagenversorgung zu berücksichtigen.

Nur so ist eine exakte patientenindividualisierte Versorgung gewährleistet.

Eine lang dauernde Fehlstellung der Zehen in Kombination mit einer Überlänge der Mittelfußknochen kann zu einer massiven und schmerzhaften Vorfußüberlastung führen. Dies bezeichnen wir als Transfermetatarsalgie.

Wenn diese konservativen Therapiemöglichkeiten nicht ausreichen, kann Ihnen dann mit einem operativen Eingriff geholfen werden. Hierbei kommen je nach Fehlstellung, knöcherner Struktur und Zustand der Sehnen die unterschiedlichsten OP-Verfahren zur Anwendung.

Operative Therapie

Unser oberstes Ziel ist im Rahmen der Vorfußchirurgie gelenkerhaltend zu operieren. Hierbei kommen international anerkannte und standardisierte Operationstechniken zur Anwendung:

- » Dreidimensionale Korrekturosteotomie des Mittelfußköpfchens nach Weil (Fixation mit 2,0 mm Titanschrauben)
- » Korrektur bzw. entlastende Mittelfuß Operation nach Uthoff
- » Sehnenverlängerungen bzw. Verlagerungen der Langzehen, ggf. in Kombination mit einer Gelenkplastik nach Hohmann bzw. Versteifung kleinerer Zehengelenke zur kompletten Zehenkorrektur.

© Orthopädische Gemeinschaftspraxis an der Aukamm-Klinik
Leibnizstr. 21, 65191 Wiesbaden
email: praxis@orthopaedie-aukamm.de