

AUTSCH! DA BALLT SICH WAS ZUSAMMEN!



Bondage-Assoziationen schon beim Hinsehen – auch Victoria Beckham quetscht zu viel Ballen zwischen die Riemchen



TIPPTOPP VON KOPF BIS FUSS? Nicht ganz! Victoria Beckham, unbestrittene Bezwingerin jedes High Heels, wurde Anfang des Jahres plötzlich in für sie untypischer Fußbekleidung gesichtet: Mrs Beckham trug flach. Seitdem sind Ballerinas und Flipflops häufig ihre Begleiter. Der Grund: ihre unübersehbar stark nach außen gewölbten, schmerzenden Fußballen. Der sogenannte Hallux valgus ist nicht nur Poshs Verschleiß an hochhaushohen Manolos zuzurechnen. Genetische Faktoren und ein schwaches Bindegewebe können ebenfalls Ursache für derartige Fehlstellungen sein. Trotzdem, keine falschen Hoffnungen bitte: Spitze, enge, hochhackige Schuhe beschleunigen natürlich die Deformation und verschlimmern die Schmerzen. Und: Der hässliche Knubbel hat irgendwann nicht nur ästhetische, sondern auch ernsthafte Folgen – kaputte Knie- und Hüftgelenke bis hin zur Arthrose. In Deutschland ist etwa jeder zehnte Erwachsene betroffen, 75 Prozent davon Frauen. Natürlich gibt es diverse Möglichkeiten, Schmerzen zu reduzieren, z. B. durch gezieltes Bewegungs- und

Wow, tolle Louboutins! Aber nur halb so schön, wenn man wie Posh an Hallux valgus leidet, einem schmerzhaft **deformierten Ballen**. Neue Methoden sollen jetzt helfen – viel schneller als früher

Muskeltraining. Der einzige Weg, Ballen und Probleme ernsthaft loszuwerden, bleibt aber eine Operation. Früher bedeutete das: mindestens 14 Tage Krankenhaus, vier Wochen Gips, monatelang Gehprobleme. Nun hat sich dank eines neuen Verfahrens die Ausfallzeit minimiert. „Heute kann man das Krankenhaus nach drei Tagen wieder verlassen, weil nicht mehr Teile des Gelenks entfernt werden“, sagt Dr. Klaus Fecher, Leiter Rekonstruktive Fußchirurgie der Main Medical Clinic. Stattdessen wird auf gelenkerhaltende Verfahren gesetzt. Dabei wird der Mittelfußknochen durchtrennt, die Fehlstellung korrigiert und mit Schrauben und Drähten, die im Fuß verbleiben, fixiert. Klingt schlimmer, als es ist, denn: „Damit muss heute niemand mehr Gips tragen.“

Fechers Patientin Ines Glück hat sich nacheinander beide Füße korrigieren lassen: „Ich konnte am selben Tag wieder laufen, wenn auch mit Krücken.“ Vier Wochen später war sie wieder fit. Noch schnelleren Erfolg verspricht der leitende Arzt der Gelenk- und Fußchirurgie der Hamburger Fleetinsel Klinik Dr. Diedrich Haesen. Er entwickelte eine winkelstabile Titan-platte, die die Fehlstellung dauerhaft korrigiert. „Diese Platte verleiht besonders hohe Stabilität. Damit kann der Fuß noch am Operationstag wieder belastet werden – ohne lästige Krücken oder Einbeingang“, so der Orthopäde. Auf einen Marathon sollte man direkt nach dem Eingriff zwar verzichten, aber ein kurzer Spaziergang zum nächsten Louis-Vuitton-Store ist sofort möglich, liebe Posh. ■

TSCHÜSS, HALLUX!

Risiken Allgemeine OP-Risiken wie Infektionen, Thrombose und ausbleibende bzw. ungenügende Knochenneubildung sind natürlich immer möglich. Und bei ca. drei Prozent aller Patienten ist der Hallux valgus rezidiv, kann also wieder auftreten.

Kosten werden von den Kassen übernommen, wenn nicht nur ein ästhetisches Problem, sondern eine medizinische Indikation (Schmerzen) vorliegt.

Arztsuche Ein erfahrener Fußchirurg sollte 200 bis 300 Eingriffe pro Jahr durchführen – fragen Sie ruhig nach! Ärzte findet man z. B. über das Portal der Gesellschaft für Fußchirurgie unter gffc.de. Infos zu Main Medical unter hallux-valgus.info. Erfahrungsaustausch: hallux-forum.de.