

# Metatarsalgie

Auch Füße brauchen ihren Platz



*Manche Menschen empfinden bereits kurze Fußwege als beschwerlich. Dies ist oft der Fall, wenn sie unter einer schmerzhaften Erkrankung des Fußes leiden. Als Experten auf diesem Gebiet gelten Dr. Janusz Pieczykolan, Dr. Daniel Thull und Joachim Hess vom Fußzentrum Köln.*

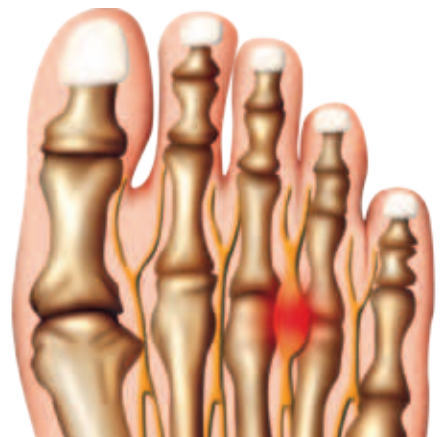
**N**ur wenige Schritte und schon brennt und zieht es in den Füßen. Gerne gibt man dann unbequemen Schuhen die Schuld oder spricht von „müden“ Füßen. Dabei können solche Beschwerden durch eine Reihe unterschiedlicher Erkrankungen im Bereich des Vorfußes hervorgerufen werden, die oftmals sogar in Kombination auftreten. Langjährige Erfahrung auf diesem Gebiet können die Fußexperten Dr. Janusz Pieczykolan, Dr. Daniel Thull und Joachim Hess aus dem Fußzentrum Köln vorweisen.

Herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit nehmen, unsere Fragen zu diesem komplexen Thema zu beantworten. Bei Schmerzen in den Füßen handelt es sich ja um ein recht häufiges Leiden. Auf welche Erkrankung können solche Symptome hinweisen und wo liegt ihre Ursache? Dr. Daniel Thull: Bei Metatarsalgie, das ist der Fachbegriff für Beschwerden im Bereich des Mittelfußes, kommt eine Reihe von Erkrankungen infrage.

Die häufigste darunter ist ein Nervenkompensationssystem, das sogenannte Morton-Neurom, bei welchem der Fuß und insbesondere die Nerven durch mechanische Druckeinwirkung in Bedrängnis geraten und eine Reizung entsteht. Um sich davor zu schützen, bildet der betroffene Nerv eine Art verdickte Schutzhülle, ein sogenanntes Neurom oder Geschwulst. Bemerkbar macht sich dieses durch stechende, brennende Schmerzen, die bis in die Zehen hinein ausstrahlen können.

Die Ursachen dieser Erkrankung können vielfältig sein, dabei spielt besonders die Wahl der Schuhe eine große Rolle. So sorgen hohe Absätze dafür, dass sich das Körpergewicht nach vorne, also auf den Vorfuß, verlagert und sich mit der Zeit ein Spreizfuß bildet. Schmale bzw. feste Schuhe, die dem Fuß nicht genügend Platz geben, verhindert ein Abrollen des Fußes beim Gehen. Die Zehen werden dabei künstlich zusammengepresst und der Nerv zwischen den Knochen einge-

klemmt, was eine Entzündung hervorrufen kann. Aber auch ein schwaches Bindegewebe, dessen Aufgabe es eigentlich ist, einzelne Nerven, Muskeln und Sehnen einzubetten, kann für die Entstehung eines Neuroms verantwortlich sein. Fußkrankungen können außerdem durch starke Belastungen wie langzeitiges Gehen oder Stehen sowie ein stark erhöhtes Körpergewicht auftreten. Werden dabei die Zehengelenke überlastet, können sich



*Morton-Neurom zwischen 3. und 4. Zehe*



*Dr. Janusz Pieczykolan, Dr. Daniel Thull und Joachim Hess vom Fußzentrum Köln*

infolge eine sogenannte Überlastungsarthritis sowie Sehnenentzündungen, Zehenfehlstellungen und mitunter auch verschiedene Stressfrakturen (Ermüdungsbrüche durch Überlastungen) bilden. Immer wiederkehrende Reizungen, eine Instabilität des Fußes mit einhergehenden Schmerzen können aber auch ein Anzeichen für einen verschleißbedingten Riss in der Gelenkkapsel sein. Oftmals sind die Ursachen von Metatarsalgie örtlich am Mittelfuß zu finden, es kann sich aber auch um eine Folge anderer Krankheiten, wie z. B. Rheuma, Gicht oder arterielle Durchblutungsstörungen, handeln.

#### Was ist für eine erfolgreiche Behandlung ausschlaggebend?

Joachim Hess: Nun, bevor man in der Lage ist, eine passende Behandlungsweise zu wählen, muss erst eine richtige Diagnose gestellt werden. Dieser Faktor sollte unbedingt erwähnt werden, da er für den Erfolg einer Therapie sehr bedeutsam ist. Gerade bei Metatarsalgie ist dies nicht immer einfach, da verschiedene Erkrankungen, unter Umständen in Kombination, vorliegen können. So kann beispielsweise eine Fehlstellung der Zehen, etwa ein Hallux valgus, eine weitere bestehende Erkrankung wie beispielsweise ein Nervenkompressionssyndrom verschleiern. Am Fußzentrum Köln stehen meinen Kollegen und mir eine Reihe von modernen diagnostischen Mitteln wie Röntgenuntersuchungen im Stand, die Pedografie und umfassende Funktionsuntersuchungen der häufig verkürzten Unterschenkelmuskulatur zur Verfügung. Erst wenn eine klare Diagnose gestellt wurde, kann eine gezielte Behandlungsmethode in Angriff genommen werden.

#### Welche wäre das z. B. beim Morton-Neurom und wann ist ein operativer Eingriff unumgänglich?

Dr. Janusz Pieczykolan: Bei einer leichten Form des Morton-Neuroms reichen oftmals orthopädische Schuheinlagen und eine spezielle Fußgymnastik aus, um den Druck von den eingeklemmten Nerven zu nehmen. Bei schwerwiegenden Fällen muss ein operativer Eingriff vorgenommen werden, bei dem das Beschwerden verursachende Neurom abgetragen wird. Liegen außerdem starke Fehlstellungen vor, so können diese auch gleichzeitig korrigiert werden.

#### Kann man präventiv vorsorgen, um Erkrankungen des Fußes zu verhindern bzw. aufzuhalten?

Dr. Janusz Pieczykolan: Ja natürlich kann man das, indem man beispielsweise das richtige Schuhwerk wählt und dabei nicht nur auf Design, sondern besonders auf Komfort achtet. Liegt bereits eine Erkrankung vor, so sollte man unbedingt so früh wie möglich mit konservativen Mitteln wie orthopädischen Einlagen sowie einer Stärkung der Fußmuskulatur einlenken und dadurch die Erkrankung positiv beeinflussen, um spätere Eingriffe zu vermeiden.

#### Haben Sie vielen Dank für das informative Gespräch!

#### Weitere Informationen

Tel.: 0221 / 369 00 20  
[info@fusszentrum-koeln.de](mailto:info@fusszentrum-koeln.de)