

Journal 1

Jahrgang 11, März 2006 Preis: EURO 1.45

FÜR PRIVATE MEDIZIN

FIT in den Frühling

- Sport ohne Reue
- Leistungs- und Gefäßcheck
- Gesunde Füße
- Allergitherapie der Zukunft

Die Füße spielen in unserem Leben im wahrsten Sinne des Wortes eine tragende Rolle: Tagtäglich leisten sie Schwerarbeit und werden - solange sie nicht schmerzen und gut funktionieren - wenig beachtet und gepflegt. Von morgens bis abends stecken sie in dunklen, oft zu engen Schuhen. Das rächt sich mit der Zeit: Ein vernachlässigter Fuß reagiert mit Problemen und Schmerzen, die sogar den ganzen Körper betreffen können.

„Vor allem zu kleine und zu enge Schuhe verursachen Probleme wie den Hallux valgus, eine der häufigsten Fußfehlstellungen“, weiß Dr. Karl-Heinz Kristen, Facharzt für Sportorthopädie, Orthopädie und orthopädische Chirurgie sowie Belegarzt an der Wiener Privatklinik.



Dr. Karl-Heinz Kristen



Univ.-Doz. Dr. Hans Trnka

Zwar muss nicht jeder Hallux, im Volksmund auch Überbein genannt, operiert werden, wenn es aber dennoch sein muss, scheuen viele Betroffene aus Angst vor einer langen Rehabilitation davor zurück. Zu Unrecht, wie Dr. Kristen versichert. „Im Fußzentrum an der Wiener Privatklinik wird sowohl die Operation als auch die Rehabilitation auf sehr hohem Niveau durchgeführt. Die Patienten stehen unmittelbar nach dem chirurgischen Eingriff auf und erholen sich im Allgemeinen im Laufe von vier bis sechs Wochen.“

Dreidimensionale Ganganalyse. „Die gute Betreuung der Patienten steht im Fußzentrum an der Wiener Privatklinik im Vordergrund“, betont auch Univ.-Doz. Dr. Hans Trnka, Orthopäde und Belegarzt an der Wiener Privatklinik. „Neben speziellen orthopädischen Einlagen erhalten die Patienten bei uns auch eine ausführliche Gangschulung.“ Außerdem wird nach der Operation bei jedem Patienten eine Laufanalyse durchgeführt. Dazu geht der Patient auf einer speziellen Druck-

Mit gesunden Füßen durchs Leben schreiten

SCHON DIE GERINGSTEN FUSSBESCHWERDEN KÖNNEN DIE LEBENSQUALITÄT BEEINTRÄCHTIGEN. IM FUSSZENTRUM AN DER WIENER PRIVATKLINIK WERDEN KRANKHEITEN UND FEHLSTELLUNGEN GANZHEITLICH DIAGNOSTIZIERT UND BEHANDELT.

platte, auf der Sensoren eingebaut sind, die ein dreidimensionales Bild der Gehbewegung produzieren und so eine genaue Analyse ermöglichen.

Der offene Fuß. Durchblutungsstörungen bewirken bei Diabetikern häufig offene Stellen und Geschwüre am Fuß. Diese Füße gehören von Spezialisten abgeklärt. Problematisch sei, so Doz. Trnka, dass die genaue Ursache für das Geschwür nicht ausreichend abgeklärt wird. „Denn eigentlich ist der offene Fuß eines zuckerkranken Patienten mit Fehlstellung ein



orthopädisches Problem“, erklärt er. „Die Durchblutungsstörungen und das Geschwür führen nämlich zu einem abgeflachten Fußgewölbe, was wiederum eine Veränderung der Statik am Fuß bewirkt. Durch eine orthopädische Operation wird der Fuß wieder gerade gestellt und eine Wundversorgung durchgeführt.“

Aber auch Patienten mit Spreiz- oder Plattfüßen, verstauchtem Knöchel oder Sehnenzerrungen konsultieren die Orthopäden im Fußzentrum. Für die meisten steht eine massive Einschränkung der Lebensqualität im Vordergrund. „Viele Fußprobleme wären jedoch vermeidbar, wenn die Betroffenen ihren Füßen mehr Beachtung schenken würden“, unterstreicht Doz. Trnka.

Streicheleinheiten für die Füße

- ▶ so oft wie möglich barfuß gehen
- ▶ Fußgymnastik und Fußmassage
- ▶ Beim Schuhkauf auf die richtige Größe achten
- ▶ Stöckelschuhe sind ab und zu erlaubt, solange sie in der Größe passen und mit „normalen“ Schuhen abgewechselt werden

Gesunder Kinderfuß. In Österreich sind rund zwölf Prozent aller Kinder und Jugendlichen von Fußfehlstellungen betroffen. „Die Folgen reichen bis hin zu Knie-, Hüftgelenks- oder Wirbelsäulenbeschwerden“, so der Orthopäde. Im Fußzentrum wird daher besonderer Wert auf einen ganzheitlichen Therapieansatz gelegt: Physiotherapie, Osteopathie und Orthopädie arbeiten zusammen, um von der Kindheit bis ins Alter gesunde Füße zu erhalten oder wiederherzustellen.

