



Das Medizin-Journal von  
Münchner Merkur und tz

# Therapien für Hand & Fuß

## Neue Techniken mit und ohne Operation

Gesunde Hände und Füße nehmen die meisten von uns als selbstverständlich hin – bis ein (Sport-)Unfall, eine Erkrankung oder das Alter deren Fähigkeiten massiv einschränken. Dann ist die Expertise erfahrener Spezialisten gefragt. Hier stellen neun Ärztinnen und Ärzte die neuesten Therapien für Erkrankungen an Händen und Füßen vor.



## Was Top-Ärzte raten

Prof. Dr. Helen  
Abel



Dr. Anna  
Borys



Dr. Claus  
Deglmann



Dr. Axel  
Neumann



Prof. Dr. Moritz  
Crönlein



Prof. Dr. Kai  
Megerle



Dr. Steffen  
Zenta



Dr. Guido  
Köhne



Dr. Ulrich  
Pfleghar



- ▶ Mini-Nadel erspart OP bei Morbus Dupuytren
- ▶ Eingriffe am Fuß ohne Platten & Schrauben
- ▶ Wie Ärzte Sportlern und Musikern helfen



18

Prozent

der Verletzungen im Breiten-sport (ohne Wettkämpfe) treffen Hände, Handgelenke, Unterarme und/oder Ellenbogen.

Unsere  
Expertin

## Prof. Dr. Helen Abel

Handchirurgie am Wittelsbacherplatz  
Privatpraxis  
Finkenstr. 7, 80333 München  
Telefon: 089 / 205 09 60 01  
E-Mail: mail@handchirurgie-abel.de  
www.handchirurgie-abel.de

### ► Therapien bei Arthrose

Arthrose-Patienten haben oft eine lange Leidensgeschichte. Sie kämpfen mit Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Das raubt ihnen im Alltag viel Lebensqualität – vor allem dann, wenn die Hände betroffen sind. „Besonders häufig sehen wir diese chronische Verschleißerkrankung an den Fingerend- und mittelgelenken sowie am Daumensattelgelenk. Oft tritt Arthrose auch an mehreren Gelenken auf. Dies bezeichnet man als Polyarthrose“, weiß Prof. Dr. Helen Abel. Die erfahrene Handchirurgin hat für solche Patienten eine ermutigende Nachricht parat: „Wir können ihnen mit modernen konservativen Therapien und schonenden Eingriffen helfen. Heute haben wir hochmoderne Prothesen zur Verfügung, unter anderem für das Daumensattelgelenk.“ Die Qualität dieser künstlichen Gelenke hat sich in den vergangenen Jahren enorm verbessert – sowohl mit Blick auf die Haltbarkeit (in der Fachsprache Standzeit genannt) als auch bezüglich der Funktion. „Für die Patienten bedeutet diese Behandlungsoption, dass die Schmerzen in der Hand schneller nachlassen und die Beweglichkeit bereits nach wenigen Wochen wieder sehr gut ist“, erläutert Prof. Abel.

### ► Handgelenksprobleme lösen

Die Medizinerin mit universitärem Hintergrund, die dank ihrer wissenschaftlichen Vernetzung und Fortbildung stets auf dem neuesten Stand der Medizin operiert, verfügt auch über eine große Expertise bei der Behandlung von Handgelenksbeschwerden. Sie gilt unter anderem als Expertin für Handgelenksarthroskopien – eine Spiegelung des Gelenks, die noch genauer Aufschluss über die Schmerzsachen und die Therapieoptionen liefern kann. „Dabei wird durch wenige Millimeter kleine Zugänge ein filigranes Instrument ins Handgelenk eingeführt. Es ist mit einer Optik versehen – eine Art Minikamera, die die Bilder aus dem Inneren des Gelenks auf einen Monitor überträgt und so eine gründliche Inspektion ermöglicht“, erklärt die erfahrene Handspezialistin. Zu ihrem ärztlichen Know-how gehören auch alle anderen gängigen Eingriffe an der Hand – von der Versorgung von Brüchen, Band- und Sehnenverletzungen bis hin zur Beseitigung des Karpaltunnelsyndroms.

### ► Hightech in neuer Praxis

Entscheidend für den Behandlungserfolg ist eine gründliche Diagnostik. Dabei setzt Prof. Abel neben ihrer Erfahrung und klinischer Untersuchung auf Hightech-Geräte in ihrer neuen Privatpraxis am Wittelsbacherplatz, die bequem über die Station Odeonsplatz zu erreichen ist. Dort steht ein DVT-Gerät zur Verfügung. „Es ermöglicht eine detailgenaue Darstellung kleinster Knochenstrukturen bei geringer Strahlenbelastung“, erklärt die Spezialistin. Darüber hinaus nutzt sie Ultraschalluntersuchungen und Magnetresonanztomografien (MRT) zur genauen Abklärung. Ihr Credo: „Eine präzise Anamnese, die gründliche Untersuchung und die passende Bildgebung sind von zentraler Bedeutung, um jedem Patienten optimal helfen zu können.“ bez

Unser  
Experte

## Prof. Dr. Moritz Crönlein

Schön Klinik München Harlaching  
Harlachinger Straße 51  
81547 München  
Telefon: 089 / 62 11 22 44  
E-Mail: fussinfoemuenchen@schoen-klinik.de  
www.schoen-klinik.de/muenchen-harlaching

### ► Wenn das Sprunggelenk leidet

Ein kurzer Stolperer beim Joggen, ein unglücklicher Tritt beim Tennis oder eine Grätsche beim Fußball – manchmal reicht ein kleiner Moment, der große Auswirkungen haben kann. Besonders das Sprunggelenk ist anfällig für Verletzungen. In seiner Sprechstunde begegnet Prof. Dr. Moritz Crönlein – Spezialist für Fuß- und Sprunggelenkchirurgie an der Schön Klinik München Harlaching – regelmäßig Patienten, die unter den Folgen solcher Unfälle leiden. „Wenn ein Bänderriss nicht richtig behandelt und nachversorgt wird, kann es langfristig zu Instabilitäten oder Fehlstellungen kommen“, erklärt Prof. Crönlein. „Das erhöht wiederum das Risiko für eine Arthrose – also einen Gelenkverschleiß. Auch schlecht verheilte Knochenbrüche können später Probleme machen.“

### ► Hilfe für Profis & Hobbysportler

Prof. Dr. Crönlein war viele Jahre am TUM Klinikum rechts der Isar tätig und bringt große Erfahrung in der Behandlung von Fuß- und Sprunggelenksverletzungen mit. Heute gehört er zum Team der Schön Klinik München Harlaching – einer der größten Spezialkliniken für Fuß- und Sprunggelenkchirurgie in Europa unter der Leitung von Prof. Dr. Markus Walther. Hier wird das gesamte Spektrum rund um Fuß und Sprunggelenk behandelt: Von Verletzungen wie Bänderrissen, Knochenbrüchen oder Knorpelschäden bis hin zu chronischen Erkrankungen wie Arthrose und Sehnenproblemen. Auch Fehlstellungen wie Hallux valgus oder Plattfüße werden versorgt – mit konservativen Maßnahmen oder, wenn nötig, operativ. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Versorgung von Sportverletzungen. Ob ambitionierter Freizeitsportler oder Profisportler: Viele Patienten schätzen die Expertise und Erfahrung des Teams. Die Schön Klinik München Harlaching ist u.a. anerkanntes FIFA Medical Center of Excellence und betreut sportmedizinisch sowohl Olympiakader, Bundesligavereine als auch die Fußballspieler der Munich Ravens.

### ► Therapie für diabetischen Fuß

Auch Menschen mit Diabetes sind im Fußzentrum gut aufgehoben – vor allem wenn es um das sogenannte diabetische Fußsyndrom geht. Hier arbeiten Ärztinnen und Ärzte eng mit Wundexperten, Physiotherapeuten und Orthopädietechnikern zusammen, um Infektionen und Fehlstellungen wirksam zu behandeln – oft mit minimalinvasiven Eingriffen. Das Ziel: Amputationen vermeiden – was bereits bei vielen Betroffenen gelungen ist. „Wir behandeln wirklich alle Patienten – vom verletzten Hobbyläufer bis hin zur älteren Patientin mit Arthrose. Und mit unserem großen, erfahrenen Team decken wir das gesamte Spektrum der Fuß- und Sprunggelenkmedizin ab“, sagt Prof. Moritz Crönlein. Deshalb ist die Schön Klinik München Harlaching als einziges Zentrum in Südbayern als „Fußzentrum der Maximalversorgung“ zertifiziert. Jährlich werden hier rund 30 000 Patientinnen und Patienten aller Krankenkassen versorgt – ambulant oder stationär. do

Unser  
Experte

## Prof. Dr. Kai Megerle

Schön Klinik München Harlaching  
Harlachinger Straße 51  
81547 München  
Telefon: 089 / 62 11 22 44  
E-Mail: handinfoemuenchen@schoen-klinik.de  
www.schoen-klinik.de/muenchen-harlaching

### ► Wenn die Hände schmerzen

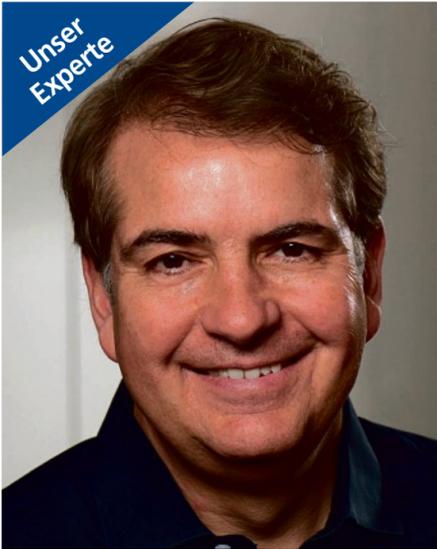
Manchmal leben die Patienten von Prof. Dr. Kai Megerle jahrelang mit stärksten Schmerzen oder haben mehrere Operationen und Therapien hinter sich, bevor sie bei ihm in einer der renommiertesten Spezialeinheiten für Handchirurgie landen. In der Schön Klinik München Harlaching behandelt Prof. Kai Megerle, Chefarzt im Zentrum für Handchirurgie, Mikrochirurgie und plastische Chirurgie, vor allem komplexe Fälle: „Wir sind wie ein großer Flugzeugträger, der mit einem breiten Angebot an Spezialthemen und Experten in Teilbereichen der Handchirurgie arbeiten kann.“ Von den neun Fachärzten für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie plastische Chirurgie in seiner Abteilung haben sechs die Spezialweiterbildung zum Handchirurgen abgeschlossen, vier Ärzte haben das Experten-zertifikat der Deutschen Gesellschaft für Handchirurgie und die Zertifizierung zum europäischen Facharzt. „Wir nehmen an internationalen Studien teil, sind in allen Fachbereichen nicht nur deutschlandweit sehr gut vernetzt und setzen innovative Verfahren sowie modernste Hightech ein“, sagt Megerle.

### ► Spezialist für komplexe Fälle

Zwei der Schwerpunkte seiner Abteilung sind die Mikrochirurgie und Sekundär-Operationen, wenn Komplikationen nach einer Verletzung oder OP auftreten oder wenn seine Expertise in der Nerven Chirurgie gefragt ist. „Funktioniert ein Nerv nicht richtig, können die Patienten unter Gefühlsstörungen leiden. Sie empfinden z. B. ein unerträgliches Elektrisieren, ein Kribbeln oder auch eine vollständige Taubheit. Die Einschränkungen können aber auch die Beweglichkeit betreffen, bis hin zu Lähmungen und der völligen Unbeweglichkeit der Gelenke“, erklärt Prof. Megerle. Diese Operationen an Nerven führt er außerhalb der Hand auch am ganzen Körper durch, zum Beispiel auch bei Gesichtslähmungen. Bei massiven und andauernden Schmerzen kann unter anderem eine Schmerznervendurchtrennung helfen, mit der man größere Eingriffe vermeiden oder zumindest verzögern kann.

### ► Sprechstunde für Musiker

An erster Stelle steht, dass Patienten im Bestfall ohne OP behandelt werden können. Zur Unterstützung steht ein eigenes handtherapeutisches Team zum Bau von individuell angepassten Spezialschienen zur Verfügung. Sollte dennoch eine Operation notwendig sein, profitieren Patienten von der großen Routine der Experten. Pro Jahr werden in der Handabteilung der Schön Klinik rund 2600 Eingriffe durchgeführt. Neben den arthroskopischen Eingriffen, Wiederherstellungsoperationen nach Brüchen und Bandverletzungen sowie den mikrochirurgischen Gewebe- und Nerven-Transplantationen ist Prof. Kai Megerle in Deutschland einer der ersten Ansprechpartner für Profisportler und eine Berufsgruppe, die ohne den perfekten Einsatz ihrer Hände arbeitslos ist: In seine Musikersprechstunde kommen Streicher, Holz-, Blechbläser sowie Pianisten aus der ganzen Welt, um sich Hilfe zu holen. do



Unser Experte

## Dr. Steffen Zenta

Orthopädisches Versorgungszentrum im Helios Helene-Weber-Allee 19  
80637 München  
Telefon: 089 / 15 92 77-0  
E-Mail: info@mvz-im-helios.de  
www.mvz-im-helios.de

### ► Fortschreitender Hallux valgus

Keine Fußfehlstellung kommt so häufig vor wie der Hallux valgus. Kennzeichen: Die Großzehe tritt seitlich hinaus, der Ballen ist vorgewölbt. Bleibt ein Hallux valgus unbehandelt, verbreitert sich der Ballenbereich des Fußes, die Zugrichtung von Sehnen verändert sich und über dem Ballen bildet sich ein Schleimbeutel, der zu Entzündungen neigt. „Außerdem wirkt sich die durch die Seitabknickung der Großzehe hervorgerufene Platznot ungünstig auf die Nachbarzehen aus, sodass Krallen- oder Hammerzehen entstehen können“, erklärt der Münchner Orthopäde Dr. Steffen Zenta vom Orthopädischen Versorgungszentrum im Helios. Der renommierte Fußspezialist verfügt über langjährige Erfahrung in der Behandlung von Fußerkkrankungen und Fußfehlstellungen und ist mit sämtlichen konservativen und operativen Methoden zur Behebung dieser Probleme bestens vertraut. Ohne Behandlung wird sich mit der Zeit auch der Vorfuß selbst verändern: „Dann gesellen sich zu den Hallux valgus-Beschwerden wie Schmerzen, Rötungen und Schwellungen im Bereich des Großzehengrundgelenks auch Schmerzen im Mittelfuß dazu. Außerdem kann ein Hallux rigidus – eine Arthrose im Großzehengrundgelenk – entstehen.“

### ► Frühzeitige Behandlung wichtig

Hat sich ein Hallux Valgus erst einmal entwickelt, lässt er sich nicht mehr rückgängig machen. Um Folgeschäden zu vermeiden, plädiert der Fußexperte für einen frühzeitigen Behandlungsbeginn. Dafür muss der schmerzende Ballen vom Druck befreit werden. Dies gelingt im Anfangsstadium mit individuell angepassten Einlagen, speziellen Abrollhilfen und Nachtschienen. Außerdem sind fußgymnastische Übungen zur Kräftigung der Fußmuskulatur ratsam. Und wenn die Fehlstellung schon so weit fortgeschritten ist, dass jeder Schritt schmerzt und kein Schuh mehr passt? Dann muss operiert werden: „Nur auf chirurgischem Weg kann ein Hallux valgus so korrigiert werden, dass die große Zehe ihre ursprüngliche Position zurückerhält und die natürlichen Verhältnisse im Fuß wiederhergestellt werden“, betont der Orthopäde.

### ► Moderne OP-Techniken

Früher waren die Hallux-valgus-Operationen vor allem darauf ausgerichtet, die verformte Großzehe zu begradigen und den störenden Ballen chirurgisch zu entfernen. In den letzten Jahren hat sich jedoch viel getan: Die neuen Techniken sind heute schonender und erlauben meist einen gelenkerhaltenden Eingriff. Und die modernen dynamischen Implantate gewährleisten einen ungestörten Heilungsprozess. Welche Methode im Einzelfall angewendet wird, hängt von der genauen anatomischen Lokalisation und dem Ausmaß der Fehlstellung ab. Doch egal, welche Vorgehensweise infrage kommt: „Der Fuß braucht seine Zeit zur Heilung. Deshalb rate ich grundsätzlich dazu, sechs Wochen nach der OP einen Spezialschuh zu tragen und erst dann wieder mit der vollen Belastung zu beginnen“, empfiehlt Dr. Zenta. schae



Unser Experte

## Dr. Ulrich Pfléggar

OrthoPraxis  
Bahnhofstraße 5, 82166 Gräfelfing  
Telefon: 089 / 898 20 20 30  
E-Mail: info@orthopraxis-graefelfing.de  
www.orthopraxis-graefelfing.de  
www.fusschirurgie-pfleghar.de

### ► Fußchirurgie aus einer Hand

Wenn es um die Gesundheit der Füße geht, steht Dr. Ulrich Pfléggar für die individuelle, auf den Patienten zugeschnittene Behandlung. Als erfahrener Fußchirurg in der OrthoPraxis Gräfelfing setzt er auf eine enge Zusammenarbeit mit seinen Patienten, um ohne Eile die bestmögliche Therapieentscheidung zu treffen: „Bei den wenigsten Krankheitsbildern am Fuß muss man sofort handeln. Niemand muss Angst haben, dass er sich schnell für eine OP entscheiden muss oder gar dazu gedrängt wird.“ Eine Operation erfolgt in der Regel auf eine konservative, also nicht operative Behandlung, die die Beschwerden im Verlauf nicht lindern konnte. Doch es gibt auch Fehlstellungen, Deformitäten, Verschleißerscheinungen oder Wucherungen, die auf eine konservative Therapie wenig oder gar nicht ansprechen und demnach auch kurz- bis mittelfristig zu einer Operation führen werden. Dr. Pfléggar: „Wichtig ist, welche Behandlung für den Patienten unter Berücksichtigung von Beruf, Lebenssituation und Belastbarkeit sinnvoll ist.“ Ein weiterer Pluspunkt: Bei ihm kommt alles aus einer Hand – vom Vorgespräch, der Diagnosefindung und einer etwaigen OP bis hin zur optimalen Nachbehandlung. Bei Problemen steht er jederzeit als Ansprechpartner zur Verfügung.

### ► Schonende kleine Zugänge

Dr. Pfléggar behandelt ein breites Spektrum an fußchirurgischen Krankheitsbildern. Dazu gehören Fehlstellungen wie der Hallux valgus (Ballenzeh) oder der Hallux rigidus (Arthrose des Großzehengrundgelenks), Zehenfehlstellungen wie Hammerzehen und Krallenzehen sowie Fersen- und Achillessehnen-schmerzen, Sehnendefekte und andere degenerative und unfallbedingte Erkrankungen des Fußes und des Sprunggelenks. Viele Eingriffe erfolgen ambulant und minimalinvasiv, was für die Patienten erhebliche Vorteile bietet: kleinere Schnitte, ein schnellerer Übergang auf Vollbelastung, keine Implantate und eine zügigere Wundheilung. Alle Behandlungsschritte werden im Vorfeld genau erklärt, Sinn und Zweck einer OP anschaulich vermittelt – Dr. Pfléggar steht für eine offene, transparente Patientenkommunikation. Alle operativen Eingriffe führt er in der renommierten WolfartKlinik in Gräfelfing durch.

### ► Weiterbildung ist Kompetenz

Dr. Pfléggar ist durch regelmäßige zertifizierte Weiterbildungen als Mitglied beider großen fußchirurgischen Fachgesellschaften (DAF und GFFC) stets auf dem neuesten Stand der Wissenschaft: „Die Patienten finden in München einige sehr gute Adressen, wo das Rad aber auch nicht ständig neu erfunden wird“. Man muss nach sicherer Diagnosestellung und ausgereizter konservativer Therapie aus dem großen fußchirurgischen Baukasten die richtigen Techniken und Materialien individuell zusammenstellen, wenn eine OP ansteht. Trotz hoher Auslastung sollen Patienten „keine Nummer“ sein, sondern genügend Zeit und Raum für Gespräche und Behandlungsmaßnahmen erwarten dürfen. hoe



Unser Experte

## Dr. Guido Köhne

Orthopädie Zentrum Isartal (OZI)  
Pullach – Geretsried – Bad Tölz  
Kastanienallee 9, 82049 Pullach  
Telefon: 089 / 453 53 60  
E-Mail: praxis@ozi.de  
www.ozi.de

### ► Laufen ohne Schmerzen

Probleme mit den Füßen können auf verschiedene Ursachen zurückgeführt werden. „Entzündungen, Unsicherheit, Instabilität, Belastungsschmerzen und Gefühlsstörungen sind nur einige Ursachen, die zu Gangstörungen führen können. Erkrankungen und Verletzungen am Fuß- und Sprunggelenk haben Auswirkungen auf den gesamten Körper“, sagt Dr. Guido Köhne. Der Facharzt für Orthopädie, Unfallchirurgie und allgemeine Chirurgie ist Spezialist für Fuß- und Sprunggelenkerkrankungen – von Deformitäten wie Hallux valgus, Krallenzehen und Hohl- oder Plattfuß über Fersensporn und Sehnenentzündungen, bis hin zu Arthrose und akuten Verletzungen. Als niedergelassener Arzt und erfahrener Orthopäde und Chirurg bietet er das gesamte Spektrum konservativer und operativer Behandlungsmethoden, darunter Stoßwellen- und Injektionstherapie, Knorpelaufbau und chirurgische Eingriffe mit den neuesten OP-Techniken. In der Regel hat die konservative Behandlung Vorrang. „Zur Korrektur schmerzhafter Fehlstellungen der Knochen ist eine OP jedoch oft unumgänglich“, so der Experte, der auf Fortbildungen auch Kollegen zu neuen OP-Techniken schult.

### ► Top-Therapien mit und ohne OP

Bei der Diagnostik setzt Dr. Köhne auf die statische und dynamische Untersuchung. Dazu gehört ein ausführliches Anamnesegespräch, welche Beschwerden wann auftreten, eine Ganganalyse, das Prüfen der Beweglichkeit des Fußes und eventuell vorliegende Instabilitäten. Gefolgt von bildgebenden Verfahren wie Ultraschall und Röntgen, das im OZI auch im Stehen möglich ist. „So kann ich den Fuß auch in der Belastungssituation sehen“, erklärt Dr. Köhne, auf dessen Können Patienten aus ganz Deutschland, Österreich und Italien setzen. Auch andere Ärzte überweisen an ihn, falls komplexere Behandlungen notwendig sind. Denn: „Es gibt keine leichten Behandlungen. Jeder Mensch und jeder Fuß ist anders.“ Entscheidend sei die richtige Indikation und die optimale Therapie bzw. die ideale Kombination verschiedener Methoden. Bei der OP setzt er überwiegend auf minimalinvasive Verfahren mit kleinen Schnitten. Auf Platten und Schrauben werde dabei verzichtet und der Fuß stattdessen mittels Tapes und Verbänden stabilisiert.

### ► Wichtige Nachsorge

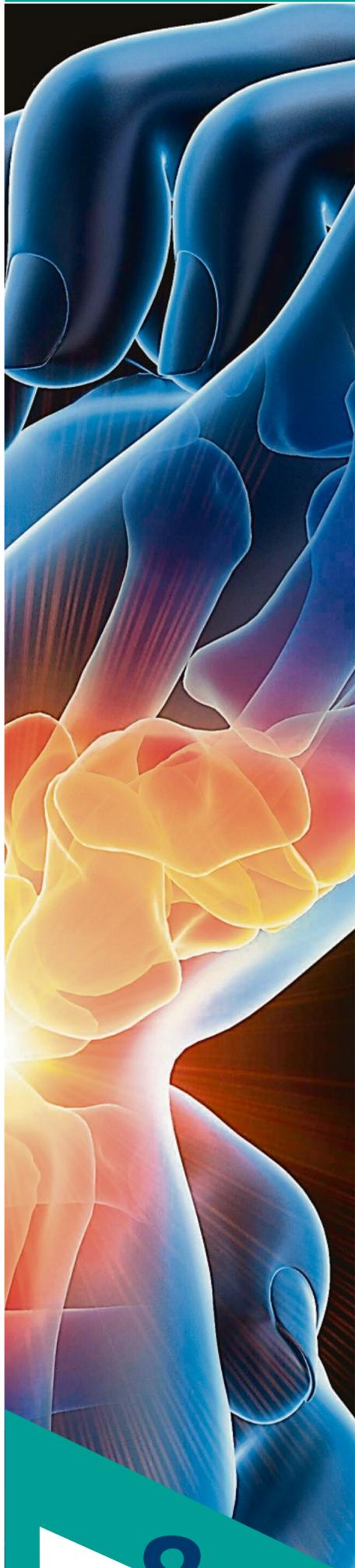
„Eine wichtige Rolle spielt gerade bei Fuß-Operationen die Nachsorge“, betont der Spezialist. Die Heilung verläuft nicht bei jedem gleich, auch Schwellungen können unterschiedlich auftreten. Weil Dr. Köhne seine Patienten aber von der Diagnose, über die OP bis zur Heilung betreut, lassen sich Entwicklungen frühzeitig erkennen und ggf. Maßnahmen ergreifen, um eine bessere Genesung zu gewährleisten. Vorteile haben die Patienten auch durch drei OZI-Standorte in Pullach, Geretsried und Bad Tölz. Nach einer Fuß-OP seien sie meist nur eingeschränkt mobil, erklärt Dr. Köhne. „Da sind kurze Wege für die Patienten natürlich sehr wertvoll.“ ari



35

Prozent

der Bevölkerung haben Schätzungen zufolge einen Ballenzeh (Hallux valgus). Frauen sind häufiger davon betroffen.

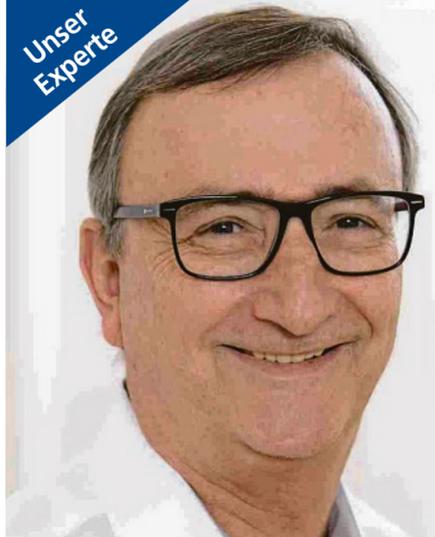


8

Millionen

Jahre alt ist das menschliche Daumengelenk. In der Entstehungsgeschichte gilt es als „jung“ und noch nicht optimal belastbar.

Unser Experte



## Dr. Axel Neumann

Praxisklinik Orthopädie und Chirurgie München West  
Fürstenrieder Straße 69-71, 80686 München  
Telefon: 089 / 546 88 80  
E-Mail: info@chirurgie-orthopaedie.de  
www.chirurgie-orthopaedie.de

### ► Schmerzfälle Handgelenk

Ein IT-Spezialist kann seine Maus nur noch unter Schmerzen bewegen. Eine Verkäuferin zuckt jedes Mal zusammen, wenn sie ihre Hand mit dem Wechselgeld zum Kunden hindreht. Eine Yoga-Lehrerin hat beim Abstützen plötzlich stechende Beschwerden an der Außenseite der Hand. Was oft aussieht wie ein harmloses Überlastungssyndrom, kann eine komplexe Schädigung im sogenannten TFCC sein – einem empfindlichen Kapsel-Band-Komplex im ellenseitigen Bereich des Handgelenks. „Dieses Gelenk ist kompliziert gebaut und im Alltag ständig unter Stress durch Unfälle, ständiges Drehen, falsche Belastung oder angeborene Fehlbildung beim Gelenkaufbau“, erklärt Dr. Axel Neumann, Handchirurg aus München. Der TFCC (Triangular fibrocartilage complex) besteht aus einem kleinen „Meniskus“ (Discus), mehreren stabilisierenden Bändern und einer Sehne, die außen verläuft. Das Problem: Die Strukturen sind winzig und tief im Handgelenk verborgen. „Viele Patienten kommen mit diffusen Schmerzen, aber die Ursache wird nicht erkannt. Die Unkenntnis ist groß – sogar bei Fachärzten“, so Dr. Neumann.

### ► Arthroskopie unverzichtbar

Oft wird bei anhaltenden Schmerzen ein MRT verordnet – doch das kann trügen. „Die Aussagekraft eines MRT an dieser Stelle ist begrenzt. Es zeigt nur in etwa 70 Prozent den wirklichen Schaden. Der Rest bleibt unentdeckt, weil die Bänder so fein und kurz sind. Die biomechanische Instabilität sieht man auf den Bildern einfach nicht“, erklärt Dr. Neumann. Aus seiner Sicht ist deshalb eine Handgelenksarthroskopie unverzichtbar: „Wir stellen die endgültige Diagnose nur durch den Blick ins Gelenk bei einer ambulanten Spiegelung in Arm-Betäubung. Das ist der präziseste Weg.“ Die Beschwerden können bei Fehlbildungen, kleinsten Unfällen oder durch Dauerbelastung entstehen. Oft betroffen sind IT-Fachkräfte, Handwerker, Pflegepersonal oder sportlich aktive Menschen. „Vor allem Frauen haben ohne es zu wissen oft eine angeborene Bandlockerung an der Stelle“, so der Spezialist. Die Folge: falsche Therapien, unnötige Spritzen, verschleppte Diagnosen.

### ► Operative Stabilisierung

Wird bei der Arthroskopie ein Schaden festgestellt, gibt es mehrere Behandlungsoptionen. Manchmal reicht ein vierwöchiger Gipsverband. Sind Kapsel und Bänder nicht mehr ausreichend am Knochen befestigt, muss operativ stabilisiert werden. „Dann setzen wir die Bänder wieder an. Es kann sein, dass man danach sechs Wochen ausfällt. Oft die einzige Chance, das Gelenk stabil und schmerzfrei zu bekommen“, so Dr. Neumann. Ist der Discus selbst eingerissen oder entzündet, kann er arthroskopisch geglättet oder entfernt werden. Dr. Neumann behandelt jährlich über 100 Patienten mit TFCC-Schäden: „Es ist keine seltene Diagnose. Aber man muss sie stellen können und wissen, was man tut. Nur mit Erfahrung und strukturiertem Vorgehen kann man den Patienten wirklich helfen.“ hoe

Unser Experte



## Dr. Claus Deglmann

Privatpraxis MünchenHand im Deutschen Zentrum für Obere Extremität; Effnerstr. 38, 81925 München  
Marienplatz 21, 80331 München  
Telefon: 089 / 20 40 00-18 60  
E-Mail: info@muenchenhand.de  
www.muenchenhand.de

### ► Der OP-Experte für Ihre Hände

Schmerzen an Fingern, Händen und Handgelenken erfordern stets die Beurteilung eines Spezialisten wie Dr. Claus Deglmann. Neben seiner Praxis in der Münchner Innenstadt (Privatpraxis MünchenHand, Marienplatz 21) gehört der versierte Handchirurg zum Expertenteam des Deutschen Zentrums für Obere Extremität in der ATOS Klinik Bogenhausen. Er kooperiert dort mit den Schulter- und Ellenbogen-Spezialisten: „Häufig ist nach Stürzen oder Sportunfällen der ganze Arm samt Hand betroffen“, sagt Deglmann. Patienten profitieren so von der fachübergreifenden Behandlung mehrerer Spezialisten. Dr. Deglmann operiert auch in der angesehenen Privatklinik Josephinum (Odeonsplatz). Tipp für Kassenpatienten: Dr. Deglmann und sein Team wissen, wie dort stationäre Eingriffe mit der gesetzlichen Kasse abgerechnet werden können.

### ► Winzige Nadel erspart die OP

Vor einer OP steht bei Dr. Deglmann grundsätzlich der Versuch, Beschwerden mit wirksamen konservativen oder möglichst kleinen Eingriffen zu lösen. Dazu zählt z. B. die perkutane Nadelfasziotomie (PNF) – hilfreich bei Morbus Dupuytren, einer lästigen Wucherung im Bindegewebe der Handinnenfläche, bei der man zuletzt die Finger nicht mehr strecken kann. Bei der PNF ritzt eine sehr feine Nadel die verdickten Fasern an oder trennt sie. Der kurze ambulante Eingriff erspart vielen Patienten eine OP. Bei bestimmten Verletzungen und Erkrankungen ist eine OP aber unerlässlich, um Folgeschäden (Arthrose, Versteifungen etc.) der Hände zu verhindern. Dr. Deglmann hat mit mehr als 10 000 Eingriffen enorme Erfahrung. Er arbeitet – wenn möglich – mit minimalinvasiven und endoskopischen Methoden und millimeterkleinen Schnitten, die die Heilungszeit entscheidend verkürzen. Eine winzige Kamera überträgt die OP-Bilder auf einen Monitor. Zur technischen Ausstattung zählt auch ein DVT, eine Art Mini-3D-Scanner – optimal für die Hand, mit geringer Strahlenbelastung und ohne die Notwendigkeit, in einer Röhre liegen zu müssen.

### ► Schnelle Hilfe bei Rhizarthrose

Mit einer minimalinvasiven Arthroskopie in den Gelenken können z.B. Discusschäden (Verletzung des „Meniskus“ des Handgelenks), Ganglien im Handgelenk, Bandverletzungen sowie manche Arthroseformen (Knorpelschäden) behandelt werden. Manchmal ist aber die offene OP die einzige Option, um die Funktion wiederherzustellen. Solch ein Fall ist die Rhizarthrose – eine häufige, stark entzündliche und schmerzhafte Arthroseform im Daumensattelgelenk, die viele Berufe, Hobbys und den Alltag zur Qual machen kann. „Hier hilft oft ein künstliches Daumensattelgelenk, weil die Patienten schnell wieder fit sind“, so Dr. Deglmann. Sind jedoch Nachbargelenke mitbetroffen, empfiehlt der Spezialist lieber die klassische Resektionsarthroplastik. Gute Nachsorge ist dabei immer wichtig. Die bleibt bei Dr. Deglmann in der Familie: Seine Frau Carina Deglmann betreibt in der Residenzstraße eine Praxis für Handtherapie. dop

Unsere Expertin



## Dr. Anna Borys

Benedictus Krankenhaus Tutzing  
Bahnhofstraße 5  
82327 Tutzing  
Telefon: 08158 / 23-93 00  
E-Mail: handellenbogen-bkt@artemed.de  
www.krankenhaus-tutzing.de

### ► Hand- und Ellenbogenchirurgie

In den letzten zehn Jahren hat Dr. Anna Borys im Benedictus Krankenhaus Tutzing die Abteilung für Hand- und Ellenbogenchirurgie aufgebaut. Die Fachärztin für Orthopädie und Handchirurgie mit Zusatzspezialisierungen Chirotherapie und Sportmedizin hat zuvor zehn Jahre lang in einer orthopädischen Fachklinik in München praktiziert. Immer wieder begegnet sie Patienten, die schon lange unter Beschwerden an den Händen leiden, z. B. durch eine Arthrose im Daumensattelgelenk. „Oft hat ihnen der Hausarzt gesagt, da könne man nichts machen“, erzählt die Handspezialistin. Das sei falsch: „Man kann fast immer etwas tun, um die Situation zu verbessern und die Schmerzen zu lindern. Meine Botschaft ist: Wer an Schmerzen leidet, sollte zum Facharzt gehen – je früher, desto besser.“ Sie erstellt nach einer exakten Anamnese gemeinsam mit dem Patienten einen individuellen Therapieplan – dieser kann nur konservative Maßnahmen oder bei Bedarf auch eine Operation enthalten. „Die enge Zusammenarbeit mit Ergotherapeuten ist immer essenziell für optimale Ergebnisse“, sagt Dr. Anna Borys.

### ► Sportunfälle ernst nehmen

Nach Sportunfällen sind häufig auch Hände und/oder Ellenbogen verletzt. Die Behandlung von Ski-Daumen, also dem Riss des Daumeninnenbandes, aber auch Verletzungen des Discus im Handgelenk und der Bänder zwischen den Handwurzeln durch Stürze beim Ballsport oder vom Rad, gehören zum festen Repertoire von Dr. Anna Borys. Oft hoffen die Betroffenen zunächst, sie hätten sich die Hand nur verstaucht. Anhaltende Beschwerden und Bewegungseinschränkungen können aber auf eine strukturelle Verletzung hinweisen. Wird die Verletzung nicht behandelt, drohen Spätfolgen wie dauerhafte Beschwerden und sogar arthrotische Veränderungen. „Wenn die Hand drei Tage nach dem Unfall noch schmerzt, ist das ein Fall für den Facharzt“, rät Dr. Anna Borys.

### ► Beweglichkeit dank Rettungs-OP

Ofter behandelt Dr. Anna Borys z. B. ehemalige Torhüter, die ohne es zu wissen einen Bruch des Kahnbeins, also des größten Handwurzelknochens, erlitten haben. Bleibt die Fraktur unbehandelt, besteht ein großes Risiko, dass sie nicht abheilt und sich eine Pseudarthrose bildet. Dann nutzt sich das Handgelenk vorzeitig ab. Bei Arthrose im Handgelenk gibt es mehrere OP-Möglichkeiten, um die Funktionen und die Restbeweglichkeit zu erhalten. Zum einen kann man durch Entfernung der arthrotisch veränderten Knochen ein neues Gelenk schaffen. Oder aber man erreicht durch eine Teilversteifung des Gelenks, dass die Kraft auf die gesunden Gelenkpartner umgeleitet wird. Bei der mediokarpalen Teilversteifung wird das arthrotisch veränderte Kahnbein komplett entfernt, ebenso die Knorpelschichten zwischen den übrigen Handwurzelknochen, die dann zu einem einzigen stabilen Knochenblock verwachsen. Es gelingt damit, eine Beweglichkeit von 30 Grad bei Bewegung und Streckung zu erhalten. svs