

Patienteninformation

Fersensporn



CHIRURGISCHE PRAXIS
AM HELLWEG

Dr. med. Heiko Balkenhol

Hellweg 44 | 59597 Erwitte

Tel.: +49 29 43 / 43 00

Fax: +49 29 43 / 43 03

kontakt@chirurgische-praxis-am-hellweg.de

Der Fersensporn:

Der Fersensporn (synonym Kalkaneussporn von lat. calcaneus, Fersenbein) ist ein knöcherner Sporn am Fersenbein, also der Hacke. Der Fersensporn selber ist häufig und für sich genommen keine Krankheit. Allerdings geht der Fersensporn gelegentlich mit einer Entzündung des Plantarsehnenansatzes oder der gesamten Plantarfaszie an der Fußsohle einher. Diese ist dann sehr schmerzhaft. Ein Fersensporn ist sehr gut im Röntgenbild sichtbar. 50 Prozent aller Röntgenaufnahmen zeigen bei Plantarfasziitis-Patienten einen Fersensporn. Umgekehrt wird der Fersensporn auch bei 13 Prozent aller Röntgenaufnahmen gesehen, die nicht wegen Plantarfasziitis erstellt wurden.

Ursachen:

Der Fersensporn wird als Folgeerkrankung aufgrund von vermehrter Zugbelastung und nicht als Ursache der Plantarfasziitis angesehen. Das heißt zuerst gibt die Überbelastung am Fersenbein, dann erst entsteht die Verknöcherung des Sehnenansatzes, also der Sporn. Ursachen dieser Überbelastung können sein: Starkes Übergewicht, ein Beruf, der langes Stehen erfordert, ein abgeflachtes Fußlängsgewölbe, längere Fehlbelastungen durch hartes Schuhwerk, barfuß Laufen oder falsche Lauftechnik. Aber auch längeres Verharren in Zwangshaltungen, z.B. bei stundenlangen Autofahrten, erhöht das Risiko, eine Ansatzreizung der Plantarfaszie zu bekommen.

Symptome:

Typische ist ein stechender Schmerz bei Belastung oder bei Druck genau unterhalb der Ferse. Allerdings kann sich der Schmerz auch auf das gesamte Fußgewölbe ausbreiten. Dies wäre dann ein Hinweis auf die Plantarfasziitis, also die Entzündung nicht nur des Sehnenansatzes, sondern der gesamten Sehnenplatte.

Behandlung:

Wie bei den meisten Erkrankungen steht in der Behandlung zunächst die Beseitigung der Ursachen im Vordergrund. Z.B. sollten die Schuhe, die die Schmerzen verursacht haben, nicht mehr getragen werden. Beseitigt man nicht die Ursache, so ist jede weitere Therapie sinnlos.

Konservative Behandlung:

Die zweite Maßnahme besteht darin den Fuß vorübergehend zu entlasten. Dies kann auf verschiedene Art und Weise erfolgen. Im Vordergrund steht hier das Tragen von weichem Schuhwerk. Führt dies nicht zum Erfolg, so kann die Entlastung auch mittels individuell angepasster Einlagen mit Aussparungen oder Schaumgummi-Unterfütterung im Bereich der Ferse bzw. des Fersensporns erfolgen. Zudem sind Einlagen der Fersensporn-Behandlung zuträglich, die das Fußlängsgewölbe unterstützen. Zusätzlich sollte ein gleichzeitig vorhandener Knick- oder/und Senkfuß mittels Einlagen berücksichtigt werden. Als angenehm und schmerzlindernd wird die Kälteanwendung beschrieben. Hierzu legt man Eis - eingewickelt in ein feuchtes Handtuch - für circa 5 Minuten auf die Ferse auf und wiederholt dies mehrfach täglich. Erst wenn diese Maßnahmen keinen Erfolg erzielt haben (was selten der Fall ist) verlässt man die so genannte konservative Therapie. Es beginnt die „invasive Therapie“.

Invasive Behandlung:

Injektionsverfahren: Der Arzt spritzt entzündungshemmende Medikamente wie Kortison und örtliche Betäubungsmittel in das entzündete Bindegewebe. Häufig ist eine sofortige Besserung zu verzeichnen. Allerdings ist diese Behandlung schmerzhaft und birgt die Gefahr von Infektionen, sowie von dauerhaften Sehenschäden. >>

Patienteninformation

Fersensporn



**CHIRURGISCHE PRAXIS
AM HELLWEG**

Dr. med. Heiko Balkenhol

Hellweg 44 | 59597 Erwitte

Tel.: +49 29 43 / 43 00

Fax: +49 29 43 / 43 03

kontakt@chirurgische-praxis-am-hellweg.de

Stoßwellenbehandlung (extrakorporale Stoßwellentherapie ESWT): Ultraschallimpulse treffen auf den betroffenen Fersenbereich und wirken - das wie ist noch unklar - schmerzlindernd.

Röntgentiefenbestrahlung/Röntgenreizbestrahlung:
Durch die Bestrahlung mit niedrig dosierten Röntgenstrahlen bilden sich die entzündlichen Veränderungen zurück. Dadurch lassen auch die Schmerzen nach. Die Anwendung ist allerdings umstritten und es liegen Hinweise vor, dass die Bestrahlung keine positiven Effekte erzielt.

Bei weiteren Fragen: Bitte sprechen Sie uns an!

Ihr Team der Chirurgischen Praxis am Hellweg!