

Arthrose im Zeh: Hallux rigidus

Der Hallux rigidus, das steife Grosszehengelenk, ist neben dem Hallux valgus eine häufige Erkrankung an der Grosszehe.

Durch die Entwicklung einer Arthrose im Grosszehen-Grundgelenk kommt es zu einer schmerzhaften Einschränkung der Beweglichkeit. Dabei handelt es sich um eine degenerative Veränderung des Gelenks mit teilweiser Zerstörung des Gelenkknorpels und knöchernen Anbauten (Osteophyten) am Rande der Gelenkflächen. Die Veränderung des Knorpels führt zu schmerzhaften Entzündungen im Gelenk. Die knöchernen Anbauten sowie die zu stark gespannte Gelenkkapsel verringern zusätzlich die Bewegung. Mit dem Fortschreiten der Arthrose kommt es zunehmend zu einer Versteifung des Gelenks.

Die meisten Patienten klagen über Schmerzen in der Region des Grosszehen-Grundgelenks. Typischerweise sind dies Anlaufschmerzen und Schmerzen, die sich bei Belastung

verstärken. Gelegentlich können auch Ruheschmerzen auftreten. Die Bewegungseinschränkung ist für die meisten Patienten nicht spürbar, da sie sich langsam entwickelt. Forciertes Bewegen der Grosszehe löst hingegen Schmerzen aus, weil Knochen auf Knochen reibt und die entzündete Kapsel überdehnt wird. Im Endstadium wird das Gelenk vollständig steif, dann verschwinden die Schmerzen. Dies kann jedoch viele Jahre dauern.

Bei der Untersuchung findet sich oft ein geschwollenes Gelenk mit spürbaren Verdickungen des Knochens und manchmal auch Rötungen. Die Bewegung ist schmerzhaft eingeschränkt in allen Richtungen. Das normale Abrollen des Fusses beim Barfussgehen ist oft nicht mehr möglich.

Operation kann sinnvoll sein

Konservative Behandlungen können je nach Ausmass der Beschwerden versucht werden. Im Vordergrund steht dabei die Mobilisation der Zehe durch Selbstmanipulation und/oder physiotherapeutische Unterstützung. Gelegentlich kann auch eine Infiltration des Gelenks mit Kortison-Präparaten



sogenannte Cheilektomie durch. Dabei wird der überschüssige Knochen entfernt und das Gelenk beweglicher gemacht. Das Ziel der Operation ist allerdings nicht primär die Normalisierung der Beweglichkeit, sondern die Reduktion der Schmerzen.

Bei stark ausgeprägter Arthrose empfehlen wir die Versteifung des Gelenks, die Arthrodesese. Wir führen diese Operation in der Regel mit einer kleinen Platte und Schrauben durch. In dieser Situation besteht häufig bereits eine fast vollständige spontane Steifheit. Die Änderung ist nach der Operation für die Patienten kaum spürbar. Auch bei versteiftem Grosszehen-Grundgelenk können Schuhe mit kleineren Absätzen getragen und sportliche Aktivitäten durchgeführt werden.

**Medizinisches Zentrum Brugg AG
in Zusammenarbeit mit Orthopädie
Wasserschloss, Dr. med. Marc Alder,
Facharzt FMH für Orthopädische
Chirurgie und Traumatologie des
Bewegungsapparats,
Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg
056 442 22 92**

sinnvoll sein. Das Tragen von bequemen Schuhen mit eher fester Sohle bereitet in der Regel weniger Beschwerden, da die Bewegungen im arthrotischen Gelenk reduziert werden.

Wenn die Arthrose schon fortgeschritten ist oder konservative Behandlungen erfolglos waren, ist die Operation eine sinnvolle Behandlung. In den meisten Fällen führen wir eine