

Besenreiser

Margit P. (47): „Ich leide seit einiger Zeit verstärkt an Besenreisern an beiden Beinen. Injektionen haben nicht geholfen. Was kann ich noch tun?“

Zunächst sollte eine gefäßmedizinische Abklärung erfolgen! Hinter den Besenreisern, die ja kleine Krampfaderen sind, kann eine Störung im Bereich der Klappen der großen Venen stecken. Oder es liegt ein anderes Venenproblem vor.

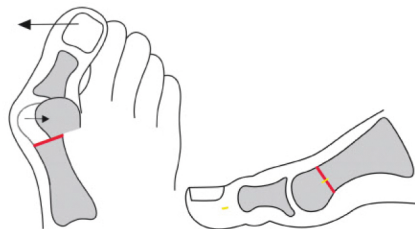
Sollte das nicht der Fall sein, kann man unschöne Besenreiser bzw. kleine Venengeflechte sehr gut mit Laser behandeln. Die feinen, krankhaft erweiterten Blutgefäße verschwinden dadurch und die Beine werden wieder schön. Wichtig ist allerdings, anschließend für mindestens drei Wochen Kompressionsstrümpfe zu tragen. Nur so kann ein optimales Resultat erzielt werden. Insgesamt sind ungefähr drei bis vier Behandlungen in vierwöchigen Abständen erforderlich.

Dr. Andrea Ronfeld,
Fachärztin für Chirurgie,
Gefäßchirurgie aus
Kindberg (Steiermark).
Informationen:
☎ 03865/20 23 50,
info@dr-ronfeld.at,
www.dr-ronfeld.at



SPRECHSTUNDE

Dr. med. Wolfgang Exel interviewt Spezialisten
aus allen Gebieten der Medizin



In vielen Fällen lässt sich ein Hallux mittels eines einfachen Eingriffes erfolgreich beseitigen



Ab wann Hallux-OP?

Helene J. (62): „Ich habe beidseitig einen Hallux valgus. In letzter Zeit drücken mich aber am linken Fußballen Schuhe, die ich vorher problemlos tragen konnte. Auch eine Nebenzehe hat sich schon verkrümmt und scheuert gegen den Schuh. Der rechte Fuß ist komplett beschwerdefrei. Was raten Sie?“

Maßnahmen bei Hallux valgus („Frostballen“) hängen davon ab, ob Beschwerden vorliegen. Macht sich der Hallux nur optisch bemerkbar, kann man einer Verschlechterung durch Comfortschuhe mit sehr gutem Fußbett und eventuell mit Einlagen entgegenwirken. Das sollte beim rechten Fuß vorerst genügen.

Tut aber eines Tages jeder noch so bequeme Schuh weh und kommt es durch die immer schiefer werdende Großzehe zur Verformung nebenstehender Zehen (Hammerzehen), dann kann diese

Fußfehlstellung nur mehr operativ korrigiert werden.

Zur Verfügung stehen dafür zahlreiche verschiedene Techniken. Sehr bewährt ist die Methode nach Prof. Bösch: Dabei wird über zwei winzige Einstiche gleichsam durchs „Schlüsselloch“ korrigiert. Der Eingriff ist im Vergleich zu anderen kürzer und kann auch in örtlicher Betäubung erfolgen.

Gleich nach der Operation kann der Fuß in einem Schuh mit sehr fester Sohle wieder voll belastet werden. Ob diese Technik aber im vorliegenden Fall auch die richtige ist, kann erst nach eingehender Untersuchung beurteilt werden.

OA Dr. Andreas Gfrerrer,
Facharzt für Orthopädie
am EKH Wien.
Kontakt: ☎ 0680/
215 15 43, Info:
www.orthodoc.wien



Schlafstellung

Herbert D. (58): „Nach dem Besuch eines Schlaflabors wegen Aussetzern beim Atmen wurde mir aufgetragen, eine Vorrichtung zu installieren, um beim Schlafen nicht auf dem Rücken zu liegen. Was wird da empfohlen?“

Wir Menschen wechseln unsere Körperhaltung nachts häufig, um gut und fest schlafen zu können. Die Sei-

te wird getauscht und oft liegt man auch auf dem Rücken. Diese Lage hat besondere Bedeutung. Durch den Rundrücken würde bei einer zu harten Unterlage der Kopf nach hinten sinken. Das kann sich negativ auswirken: Einerseits auf die Hirndurchblutung, aber auch starkes Schnarchen und Aussetzer der Atmung können zu entstehen.

So empfehlen wir zum Beispiel liebevollen Töchtern, ihren älteren Müttern nicht

die Pölster weg zu nehmen, um ihnen mehr Luft zu verschaffen. Sondern ganz im Gegenteil, mit Hilfe von Pölstern eine fast sitzende Haltung zu erzeugen. Dadurch senken sich die Eingeweide und man bekommt beim Schlafen mehr Luft! Die Unterlage darf also nicht zu hart sein. Allerdings auch nicht zu weich, weil dann der Körper seitlich durchhängt.

Beim Leser ergeben sich offensichtlich Probleme in der

Rückenlage. Da rate ich, ganz einfach durch Pölster eine Hochlagerung der oberen Körperhälfte zu erreichen. Eine andere Strategie wäre, durch anlegbare Polsterungen eine Seitenlage und das Vorbeugen des Kopfes gleichsam zu erzwingen.

Prof. Dr. Hans
Tilscher, Facharzt
für Orthopädie,
Wien. Kontakt:
☎ 01/278 31 27

