

Hilfe bei Entzündung DER ACHILLESSEHNE

Vielen hilft
bereits eine
Physiotherapie

Schmerzt morgens schon der
erste Schritt, ist der Tag meist
gelaufen. Das lässt sich ändern



Anlauftschmerz zu Beginn einer Bewegung zählt zu typischen Symptomen einer Entzündung der Achillessehne. Sie ist die stärkste Sehne des menschlichen Körpers und verbindet das Fersenbein mit der Wadenmuskulatur. Die Achillessehne überträgt die Kraft der Wadenmuskulatur auf den Fuß und fängt mit jedem Schritt ein Mehrfaches des Körpergewichts auf. Häufigste Beschwerden an der Achillessehne sind Reizungen und Entzündungen. Ebenso auftreten können Risse oder Anrisse der

Achillessehne. Rechtzeitig erkannt und gezielt therapiert, kann eine Achillessehnenverletzung erfolgreich behandelt werden. Die Kombination aus Erfahrung des behandelnden Arztes und modernsten medizinischen Behandlungen sind hierbei der Schlüssel zum Erfolg.

Häufige Ursachen der Entzündung

„Oft führen akute Überlastungen durch Sport oder Fußfehlstellungen zu schmerzhaften Reizungen der Achillessehne. Auch eine verkürzte Wadenmuskulatur, Verkalkungen am Sehnenansatz oder ein Fersenüberbein (medizinisch Haglundferse) können chronische Beschwerden an der Achillessehne begünstigen“, erklärt Dr. med. Mellany Galla, Fußspezialistin und Sprunggelenkspezialistin in Hannover.

Zunächst wird meist konservativ behandelt

Generell richtet sich die Therapie nach der Ursache und dem

Stadium der Erkrankung. Oft kommen zunächst konservative Behandlungsformen wie die Stoßwellentherapie, Physiotherapie und Eigenbluttherapie (ACP-Injektionen) zum Einsatz. Zeigt diese Behandlung nach drei bis sechs Monaten keinen befriedigenden Erfolg – und das ist bei 15 bis 20 Prozent der Betroffenen der Fall –, werden weitere Maßnahmen ergriffen.

Wann ist ein operativer Eingriff nötig?

Neben der Entzündung der Achillessehne ist auch bei einer Schleimbeutelentzündung an der Ferse und einem Fersenüberbein oft eine OP nötig, um Betroffenen wieder ein schmerzfreies Gehen zu ermöglichen. „Je nach Ausprägung und Symptomatik stehen unterschiedliche Verfahren zur Verfügung. Diese werden entweder arthroskopisch, also minimalinvasiv, oder als offener Eingriff durchgeführt“, führt Expertin Galla aus.

Zum Einsatz kommen diese Verfahren

1. Minimale Sehnenspiegelung: Bei Entzündung der Achillessehne und den genannten Beschwerden an der Ferse kann meist durch eine Sehnenspiegelung Linderung erreicht werden. Hierbei werden über zwei kleine Schnitte das Überbein, der entzündete Schleimbeutel oder die veränderten Sehnenanteile entfernt.
2. Offene Knochenglättung an der Sehne: Sie wird bei Kalkablagerungen im Ansatz der Achillessehne angewandt.
3. Sehnentransfer und Sehnenersatz: Ist die Sehne irreparabel beschädigt, müssen meist Anteile der Achillessehne entfernt und ein Sehnenersatzverfahren durchgeführt werden.

Wann ist der Fuß dann wieder belastbar?

Bei bestimmten Eingriffen darf der Fuß sofort wieder frei bewegt werden, bei anderen ist eine Schiene für vier bis acht Wochen erforderlich. Mehr Infos: www.fuss-spezialistin.de



Stoßwellentherapie zählt zu den konservativen Behandlungen