

Hallux valgus

Im allgemeinen Sprachgebrauch auch „Ballenzehe“ oder auch „Großzehenüberbein“ genannt. Laut Definition handelt es sich beim Hallux valgus um eine **Achsfehlstellung der Großzehe mit Abweichung nach Außen und Fehlstellung des 1. Mittelfußknochens**. Es handelt sich dabei fast immer um eine erworbene Deformität. Weitere Ursachen sind: konstitutionelle Bänderschwäche, muskuläre Dysfunktion, sowie chronische Überbelastung des Vorfußes infolge der Schuhmode. 30% der Gesamtbevölkerung sind betroffen. Geschlechtsverhältnis **weiblich : männlich = 5 : 1**.

Krankheitssymptome: Schmerzen bei Belastung treten meist schleichend und nur selten plötzlich auf. Langsame Zunahme der Achsfehlstellung, Schuhprobleme, Belastungsschmerzen nach längerem Stehen oder Gehen, Bewegungs-einschränkung der Großzehe, Verminderung der Gehleistung, störende Ästhetik. Lokale Druck-schmerzen treten am häufigsten im Bereich des knöchernen Überbeines (sog. Pseudoexostose) auf. Sind zusätzlich Strukturen des umgebenden Gewebes des Großzehengrundgelenkes mitbetroffen, äußert sich dies durch fühlbare Verdickungen und Entzündungen (Bursitis).



Therapie: Aufklärung über die verschiedenen konservativen und operativen Behandlungsmöglichkeiten, eigene Verhaltensweisen, Sportmöglichkeiten und optimale Schuhversorgung. Eigene Fußgymnastik, Barfußlaufen, Krankengymnastik, Manuelle Therapie. **Orthopädietechnik:** Schuheinlagen mit retrokapitaler Abstützung sowie Schmetterlingssohlen.

Operation: Ziel sind die Korrektur der Achsfehlstellung, Schmerzreduktion, Funktionsgewinn sowie verbesserte Ästhetik. **Gelenkerhaltende Operationen**, z.B. OP-Methoden nach Chevron, Austin oder Scarf (Abtragung der Pseudoexostose, Weichteileingriff an der Kapsel und am Muskelansatz, Korrekturosteotomie des 1. Mittelfußknochens, ggf. gleichzeitige operative Korrektur der Fehlstellung benachbarter Zehen, sog. Hammerzehe oder Krallenzehe). Nachbehandlung mittels **Vorfußentlastungs-Schuh für die Dauer von 4-6 Wochen**. Bei erreichter Schmerzfreiheit ist ein **schrittweiser, langsamer Belastungsaufbau** wesentlich.



Unvollständige Ausheilung fördert die Neigung zu Rezidiven und langwierigen entzündlichen Reizungen.