



„Der Patient kann die Klinik direkt nach der Operation auf eigenen Füßen verlassen.“

Dr. Dirk Nowak

Hallux valgus

Der Ballenzeh gilt als die **häufigste Fußfehlstellung**. Besonders Frauen sind betroffen. Der orthopädische Chirurg Dr. Dirk Nowak erklärt, wie man vorbeugen kann und wann eine Operation nötig wird.

Unsere Füße federn mit jedem Schritt große Belastungen ab und leisten täglich Schwerarbeit. Wie schaffen wir es, unsere Füße gesund zu halten?

Häufiges Barfußlaufen und Fußgymnastik stärkt die Fußmuskulatur und beugt Fehlstellungen vor. Besonders wichtig sind bequeme, nicht zu enge oder kleine Schuhe. Denn einer der Hauptauslöser für Hallux valgus sind zu enge und hochhackige Schuhe. Allerdings kann der Hallux valgus auch erblich bedingt sein.

Wie entsteht diese Fehlstellung?

Bei einem Hallux valgus verschiebt sich das Köpfchen des ersten Mittelfußknochens in Richtung Fußinnenseite. Die große Zehe hingegen verschiebt sich zur Außenseite.

Muss ein Hallux valgus zwangsläufig operiert werden?

Ist die Fehlstellung nur schwach ausgeprägt, können spezielle Schienen und Einlagen die Beschwerden vorerst lindern. Auch Fußgymnastik ist hilfreich. Allerdings lässt sich dadurch der Hallux valgus nicht rückgängig machen. Das ist nur durch eine Operation möglich.

Was passiert bei der Operation?

Es gibt unterschiedliche Operationsmethoden. Die Entscheidung, welche Methode geeignet ist, trifft der Chirurg, nachdem er den Fuß und ein Röntgenbild gesehen hat. In den meisten Fällen kann die minimal invasive Bösch-Methode angewandt werden. Der Vorteil der Methode: Meist können beide Füße zeitgleich operiert werden. Außerdem verbleibt kein Material, wie Schrauben oder Platten, dauerhaft im Fuß. Der Fuß ist anschließend sofort belastbar.

Der orthopädische Chirurg und Leiter des European Foot Institute Dr. med. Dirk Nowak (www.europeanfootinstitute.com) praktiziert in München und London und ist u.a. auf die Behandlung von Hallux valgus und Vorfußoperationen spezialisiert. Weitere Informationen und Patientenmeinungen zu Dr. Nowak auf www.jameda.de

Dr. med. Dirk Nowak
Arzt, Orthopäde & Unfallchirurg, Allgemeiner Chirurg
Röntgendiagnostik, Ambulante Operationen
80339 München
Weitere Informationen unter:
www.jameda.de/profil/Dr-Dirk-Nowak

477

1,2
109 Bewertungen
Alle anzeigen

Wahrgenommen: 99 %
Profiziensteil: 98,214

Diesen Arzt bewerten

Umfrage:

Gute Noten für Orthopäden

Die Deutschen sind mit ihren Orthopäden weitestgehend zufrieden. Auf jameda, Deutschlands größter Arzt-Empfehlung, bewerten Patienten die Experten durchschnittlich mit der Note 2,29 auf einer Schulnotenskala von 1 bis 6. Besonders punkten können diese Fachärzte mit ihrer Praxisausstattung sowie durch ihre Freundlichkeit, für die die Patienten eine sehr gute 1,89 bzw. 2,14 vergeben. Die Wartezeit in der Praxis erfordert von Patienten hingegen etwas Geduld, hierfür vergeben sie die befriedigende Note 2,47. Bei der Wartezeit auf einen Termin ist die Patientenzufriedenheit etwas höher, diese wird mit einer Note 2,22 bewertet.



Weitere Orthopäden auf Deutschlands größtem Arzt-Empfehlungsportal jameda: Mit Hilfe der Online-Arztuche finden Patienten den passenden Experten in ihrer Nähe. Die Meinungen anderer Patienten zu den Ärzten, Suchfilter und zahlreiche Zusatzinformationen helfen bei der Arztwahl.

Jetzt neu: Patienten können ihre Wunschtermine online abfragen und direkt verbindlich buchen.

www.jameda.de

