

Schmerzen im Vorfuß – mehr als nur Einlagen?

Dr. med.

Nina Schmidt-Horlohé

Fachärztin für Orthopädie
und Unfallchirurgie,
Schwerpunkt Hand-, Fuß-
und Sprunggelenkchirurgie
Orthopaedicum Wiesbaden



Foto: Orthopaedicum

Der Schmerz im Vorfußbereich – die Metatarsalgie – kann vielfältige Ursachen haben. Häufig werden die Beschwerden mit dem Begriff „durchgetretener Vorfuß“ erklärt. Nicht immer bringt die Einlagenversorgung die erwünschte Linderung.

So vielfältig die Ursachen für den Vorfußschmerz sein können, so breit ist die Palette an Behandlungsoptionen. Grundlage sollte die sorgfältige klinische Untersuchung und meist auch die Röntgenuntersuchung am stehend belasteten

Fuß sein. Ein MRT (Kernspintomografie) ist nur in seltenen Fällen nötig, z. B. wenn der Verdacht auf einen sogenannten Ermüdungsbruch besteht.

Häufige Ursache der Metatarsalgie ist ein Nervenschmerz, die Mortonneuralgie. Durch einen einfachen Injektionstest kann diese Ursache überprüft werden. Zehenfehlstellungen der Kleinzehen im Rahmen eines Hallux valgus können ebenfalls die Ursache für den Schmerz sein. Dann kann es sinnvoll sein, die Fehlstellung der Großzehe zu korrigieren,

auch wenn der Ballen selbst wenig Beschwerden bereitet. Auch die Fußstatik spielt eine wichtige Rolle, so ist beispielsweise beim Hohlfuß häufig die begleitende Verkürzung der Muskulatur dafür verantwortlich, dass es zu einer Überbelastung des Vorfußes kommt. Eine möglichst spezifische Einlagenversorgung kann helfen. Je nach Ursache bedarf es häufig zusätzlicher Maßnahmen, wie Dehnungsübungen bis hin zur operativen Therapie, um Schmerzfreiheit zu erzielen.