

# hand- und fußorthopädie

spezialisierte leistungen  
für komplexe beschwerden



Informationen für PatientInnen

# Wenn Greifen und Gehen erschwert sind

## Hände und Füße: ein Spezialgebiet der Orthopädie

Die Ursachen für Bewegungseinschränkungen an Händen oder Füßen sind zahlreich. Ob Stoffwechselerkrankung, Knochenbruch oder Gliederverlust – wer an Händen oder Füßen **Einschränkungen in Bewegung oder Funktionalität** erlebt, benötigt spezialisierte Hilfe. Die Krankheitsbilder in der Hand- und Fußorthopädie reichen von ästhetischen Beschwerden bis zu tiefgreifenden Beeinträchtigungen des gesamten Bewegungsapparats.

Mit gesunden Händen und Füßen bleiben wir im Alltag unabhängig, können unsere Bewegungsfreiheit auskosten und Lebensqualität genießen. Die Funktionen von Hand und Fuß bestmöglich wiederherzustellen, Schmerzen zu lindern und ihre Ursachen effektiv zu beheben, ist unser Anspruch. ortho sport bietet Ihnen eine nachhaltige Behandlung durch konsequent **spezialisierte Fachärzte** mit **weitreichender Erfahrung** in der konservativen und operativen Therapie.



## Eine Diagnose „mit Hand und Fuß“

In der Hand- und Fußorthopädie gleicht kein Beschwerdebild dem anderen. Eine **sorgfältige Analyse** ist die Basis für einen Therapieplan, der exakt Ihren Bedürfnissen entspricht.

**Verschiedene diagnostische Methoden** wie Labor, Bewegungsanalyse und Pedografie (Vermessung der Fußgeometrie), aber auch bildgebende Verfahren wie Röntgen und MRT stehen unseren Spezialisten bei ortho sport zur Verfügung. Darüber hinaus berücksichtigen wir Ihre individuelle Lebens- und Gesundheitssituation. Dazu gehören Ihr Berufsalltag, etwaige Begleiterkrankungen, die den Knochen- und Muskelstoffwechsel beeinträchtigen, sowie Ihre Bewegungsgewohnheiten.

Für die effektive Auswertung der so gewonnenen Erkenntnisse bringen unsere Fachärzte diagnostische Erfahrung und aktuelles Fachwissen mit. So entsteht eine **individuell auf Sie abgestimmte Behandlung**.

## Risikofaktoren und Beschwerdebilder

- ✓ **Risikofaktoren:** Arbeitsbedingungen und -unfälle, risiko-behaftete Sportarten, Arthrose/Arthritis, Osteoporose, rheumatische Erkrankungen
- ✓ **Beschwerdebilder an der Hand:** Karpaltunnelsyndrom, schnellender Finger, Ganglien, Dupuytren'sche Kontraktur, Tennis- und Golfarm mit Denervation
- ✓ **Beschwerdebilder am Fuß:** fußchirurgische Erkrankungen wie *Hallux valgus* (Fußballen), *Hallux rigidus* (Verschleiß des Großzehengrundgelenks), Hammerzehen, Fersensporn, hintere Fersenschmerzen (Haglundferse), Sehnen- und Nervenerkrankungen



# Gemeinsam zu einem guten Ergebnis

## Was Sie selbst tun können

Hände und Füße sind im Alltag ununterbrochen im Einsatz. Um sich vor Verschleißerscheinungen zu schützen und Verletzungsrisiken zu minimieren, sollten Sie zum Beispiel auf einen **ergonomischen Arbeitsplatz** achten. Das beinhaltet die passende Sitzhöhe wie auch die korrekte Ausrichtung von Bildschirm, Tastatur, Maus oder Bedienwerkzeugen.

Auch **Schuhe mit physiologischem Fußbett** helfen, sich vor Beschwerden zu schützen, die mit einer verengten Passform oder erhöhtem Absatz einhergehen. Achten Sie zusätzlich beim Sport und in der Freizeit auf das passende **Spezialschuhwerk** und gegebenenfalls **Handschuhe oder Fingerschutz**. Eine **ausgewogene Ernährung** und **regelmäßige Bewegung** sorgen überdies für ein gesundes und somit „fußfreundliches“ Körpergewicht und eine gute Durchblutung der Extremitäten.

Insbesondere wenn Sie von **Diabetes** betroffen sind, sollten Sie Ihre Füße regelmäßig vom Arzt untersuchen und im Falle von Beschwerden (diabetischer Fuß) umgehend behandeln lassen.

# Welche Möglichkeiten Ihnen die moderne Medizin bietet

Erkrankungen an Händen und Füßen lassen sich durch ausgewählte oder kombinierte Therapien in aller Regel effektiv behandeln. Das Spektrum der Behandlungsmöglichkeiten umfasst konservative (also nicht-operative) und operative Verfahren, die vielfach erprobt sind.

## Konservative Therapieformen:

- ✓ **Physiotherapie** zur Beseitigung von an der Wirbelsäule lokalisierten, auslösenden Faktoren für funktionelle Fehlbelastungen im Handgelenk oder von Arthrosefolgen an Hand und Fuß
- ✓ **Hilfsmittelversorgung** z. B. mit Orthesen, Schienen, Bandagen, Tapes, Spezialeinlagen oder Therapieschuhen zur partiellen Entlastung betroffener Gelenk-, Muskel- und Sehnenstrukturen, Linderung von Schmerzen, Vermeidung von Überlastungsrisiken und zur Unterstützung der Funktionalität von Händen und Füßen, Premium-Einlagenversorgung mit Maßfräsung nach digitalem Fußmodell des Schweizer Herstellers Orthema
- ✓ innovative Behandlungsverfahren wie **extrakorporale Stoßwellentherapie**
- ✓ **medikamentöse Therapie** z. B. zur akuten Schmerzreduktion und Entzündungshemmung
- ✓ **orthomolekulare Therapie** mit individuellen Wirkstoffmischungen

## Operative Therapieformen:

- ✓ **chirurgische Eingriffe** an Hand und Fuß

# Ihre Therapieoptionen im Fokus

## Medikamentöse und orthomolekulare Therapie

Speziell auf Ihre Beschwerden abgestimmte **orthomolekulare Wirkstoffmischungen** mit hochdosierten Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen und **Medikamente** können effektiv wirken bei:

- ✓ der Linderung und Befreiung von Schmerzen und Entzündungen
- ✓ der Beseitigung von Stoffwechselerkrankungen
- ✓ der Optimierung von Stoffwechselprozessen, insbesondere bei Erkrankungen wie Gicht und Diabetes
- ✓ der Regulierung von Störungen im Hormonstoffwechsel
- ✓ dem Ausgleich eines Vitamin-D-Mangels
- ✓ der Regulierung von Schilddrüsen- und Nebenschilddrüsenstoffwechsel
- ✓ der Behandlung von rheumatischen Erkrankungskomponenten

## Operativer Eingriff

Sofern konservative Maßnahmen nicht ausreichen oder eine Verschlechterung Ihres Beschwerdebilds abgewendet werden muss, finden wir gemeinsam mit Ihnen die **optimale operative Lösung**. Bei ortho sport betreuen Sie zu diesem Zweck Fachärzte, die sich auf Hand- und Fußchirurgie spezialisiert haben.

In unserem **ambulanten OP-Zentrum** für arthroskopische Gelenkchirurgie, das direkt an unsere Praxis im Herzen Coburgs angegliedert ist, sind wir optimal auf Ihre Bedürfnisse vorbereitet. Die professionelle Begleitung vor, während und im Anschluss an Ihren Eingriff gehört zu unserer Betreuungsleistung. Im Rahmen unserer konsiliarärztlichen Tätigkeit im Haus Ebern der Haßberg-Kliniken behandeln wir Sie überdies auch stationär.



# Unsere operativen Schwerpunkte

**Unsere Hand- und Fuß-Spezialisten führen folgende operative Eingriffe für Sie durch:**

**Handchirurgie:** Achskorrekturen, Versteifungsoperationen der Fingergelenke und des Handgelenks, Operationen der Sehnenscheide und des Sehnengleitgewebes, Operation bei Dupuytren'schen Kontrakturen sowie bei Nervenkompressionssyndrom am Handgelenk

**Fußchirurgie:** operative Versorgung angeborener und degenerativer Fehlstellungen und Erkrankungen im Bereich des Vor-, Mittel- und Rückfußes sowie des oberen und unteren Sprunggelenks, z. B. *Hallux valgus*, *Hallux rigidus*, Hammerzehen, Kleinzehendeformität, Metatarsalgie, Senk-Spreizfüße, Schneiderballen, Arthrosen im Fußwurzelbereich, Fersensporn, Plantarfasziitis, Morton-Neuralgien, Sprunggelenksfrakturen

## Ihre Vorteile:

- ✓ erfahrene und spezialisierte Operateure
- ✓ modernste OP-Technik
- ✓ vielfach erprobte OP-Verfahren
- ✓ hochwertigste Implantate (z. B. resorbierbare Osteosyntheseschrauben)

# Experten an Ihrer Seite

Wir sind für Sie da

Als Fachärzte für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin und als erfahrene Partner unserer PatientInnen begleiten wir Sie in allen Fragen und Anliegen rund um die Gesundheit Ihrer Hände und Füße. Ihre vollkommen individuelle Behandlung ist für uns die Voraussetzung für ein optimales Therapieergebnis. Unser Ziel ist Ihre Zufriedenheit – dafür machen wir uns stark. Sprechen Sie uns gerne direkt an, wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen!

Weiterführende Informationen finden Sie hier:

**Bei uns in besten Händen.**

Informationsbroschüre für PatientInnen zur spezialisierten operativen Versorgung von ortho sport im Haus Ebern der Haßberg-Kliniken. Erhältlich in allen ortho-sport-Praxen oder zum Download unter [www.orthopaeden-coburg.de](http://www.orthopaeden-coburg.de)





# ortho sport

orthopädie. unfallchirurgie. sportmedizin.

## überregionale gemeinschaftspraxis

dr. med. dirk rothhaupt

dr. med. lutz schweißinger

thomas wagner

dr. med. brigitta bär-rothhaupt

dr. med. gerolf bergenthal

anke schrecker

dr. med. linda mergner

dr. med. achim weber

dr. med. robert hammer (angestellter arzt)

## coburg zentrum | op-zentrum

Ketschengasse 22–24

96450 Coburg

## stadthaus

Ketschengasse 25

96450 Coburg

## kronach zentrum

Rosenau 9a

96317 Kronach

## neustadt zentrum

Seilersgründchen 8

96465 Neustadt bei Coburg

## zentraler kontakt

Tel. 0 95 61 – 23 34-0

Fax 0 95 61 – 23 34-29

info@orthopaeden-coburg.de

www.orthopaeden-coburg.de

