Medizin

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **75 (1997)**

Heft 12

PDF erstellt am: **29.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

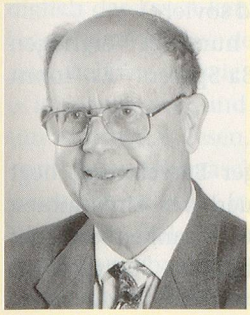
Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Medizin



Dr. med. Fritz Huber

Hallux

Seit vielen Jahren habe ich einen Hallux am rechten Fuss. Nun habe ich den Eindruck, dass er grösser geworden ist. Ich habe mehr Schmerzen und Mühe mit den Schuhen. Zu einer Operation kann ich mich noch nicht entschliessen. Was gibt es für anderweitige Möglichkeiten zur Linderung?

Wie Sie selbst beobachten konnten, verhält sich die Fussdeformität, die man mit dem lateinischen Namen Hallux valgus nennt, oft viele Jahre «ruhig». Wenn es gelegentlich in diesem Stadium zu einer entzündlichen Reizung kommt, lassen sich die Beschwerden mit einem einfachen Hausmittel beheben.

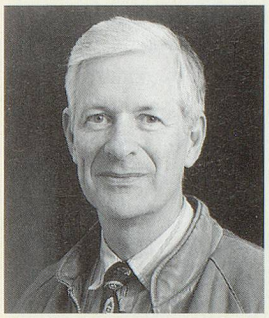
Leider hat der Spreizfuss, auf den der Hallux valgus in der Regel «aufgepfropft» ist, oft die Tendenz fortzuschreiten. Fussmuskeln und -sehnen verkürzen sich, das Köpfchen des ersten Mittelfussknochens, auf dem die Grosszehe aufsitzt, gleitet immer mehr zur Seite, und daran entwickelt sich ein Knochenvorsprung, der den Grosszehenballen verunstaltet. Der Vorderfuss findet im Schuh kaum mehr Platz. Dort, wo der Druck auf den Knochen am stärksten ist, entsteht nicht selten ein kleiner Schleimbeutel, und in diesem Bereich kommt es als Folge der mechanischen Reizung oft zu chronischen schmerzhaften Entzündungserscheinungen, die sich mit Umschlägen und Salben kaum mehr beheben lassen.

Druckentlastung ist das entscheidende Stichwort bei der konservativen Behandlung. Elegante enge Schuhe mit harten Nähten sind fehl am Platze. Schon beim Kaufe sollten weiche – manchmal für verwöhnte Augen etwas plump erscheinende – Schuhmodelle mit viel Platz für den Vorderfuss ausgewählt werden; diese müssen unter Umständen vom Orthopädisten noch zusätzlich ausgeweitet werden. Unbedingt zu empfehlen ist auch das Tragen einer Schuheinlage, die das Fussgewölbe hinter dem Grosszehenballen abstützt. Eine wenig auffällige Verstärkung der Schuhsohle unter dem Vorfuss, eine sogenannte Abrollrampe, ergänzt die druckentlastenden Massnahmen sehr oft mit Erfolg. Hartnäckige Entzündungserscheinungen sprechen in der Regel gut auf lokale Cortison-Injektionen an.

Es ist durchaus denkbar, dass alle diese konservativen Massnahmen nur eine beschränkte Zeit wirksam sind. In diesem Fall sollten Sie meiner Meinung nach den Entscheid zugunsten eines operativen Eingriffes nicht mehr lange hinausschieben. Die modernen Operationsmethoden zur Korrektur des Hallux valgus sind in geübten Händen ungefährlich, befreien die Betroffenen rasch und definitiv von ihren Schmerzen und führen in der Regel funktionell und kosmetisch zu einem befriedigenden Resultat. Es ist sinnlos, eine weitere längere Leidenszeit auf sich zu nehmen. Schmerzen beim Gehen führen zu Bewegungsunlust, vermiesen die interessantesten Aktivitäten des täglichen Lebens und haben gravierende Einschränkungen der Lebensqualität zur Folge. Ich hoffe, dass Sie zusammen mit Ihrem Hausarzt und einem tüchtigen Orthopädisten möglichst bald eine gute Lösung für Ihre «Halluxprobleme» finden.

Dr. med. Fritz Huber

Versicherungen



Dr. Hansruedi Berger

Steuern sparen

Bis Ende Jahr können mit der gebundenen Vorsorge 3a wieder Steuern gespart werden, aber: **Ab Alter 50 nie bei der Versicherung.**

Ich habe bis heute nie über die gebundene Vorsorge 3a gespart. Kürzlich hat mich mein Versicherungsvertreter, bei dem ich seit Jahren alle Auto- und Sachversicherungen abschliesse, auf die damit verbundenen Steuervorteile hingewiesen. Da scheint mir wirklich etwas entgangen zu sein. Gleichwohl zögere ich und habe deshalb den bereits ausgefüllten Antrag für eine gemischte Versicherung noch nicht zurückgeschickt. Was meinen Sie dazu?

Werfen Sie das Ding weg. Eine gemischte Versicherung, bestehend aus einem Risiko- und einem Sparteil, wäre für Sie aus zweierlei Gründen ein schlechtes Geschäft.

In Ihrem Alter (53) sollten solche Policen nur noch in Ausnahmefällen abgeschlossen werden. Mit Jahresprä-

Wir führen verschiedene

Gehhilfen

für den täglichen Gebrauch.

Individuelles Zubehör wie Stockhalter, Tablett, Korb, Schleifbremse, Rückenlehne.

H. Fröhlich AG
Zürichstrasse 148
8700 Küsnacht
Tel. 01/910 16 22
Fax 01/910 63 44

Bitte senden Sie mir Unterlagen und Preislisten über Ihre Gehhilfen.

Absender:

Telefon: