

Hammerzehen

Abweichungen der Zehenstellung gibt es in alle Richtungen. Häufig sind hier Krallen- oder Hammerzehen, die zu Entzündungen auf den Gelenken durch Druckstellen oder durch Fehlbelastung zu Schmerzen unter dem Fuß führen. Sind die Fehlstellungen der Zehen noch flexibel, ist eine konservative Therapie möglich. Zeigt sich schon eine fixierte Fehlstellung oder führen die konservativen Maßnahmen nicht zum Erfolg, bieten wir verschiedene Operationsverfahren zur Korrektur der Fehlstellung an. Diese Verfahren stimmen wir individuell mit Ihnen ab.

Diagnostik der Hammerzehe

Unsere Kleinzehen bestehen aus drei Knochen mit 2 Gelenken. Das zur Zehenspitze liegende Gelenk nennt man DIP-Gelenk (Distales Interphalangealgelenk). Das näher zum Fuß liegende Gelenk PIP-Gelenk (Proximales Interphalangealgelenk).

Bei einer Hammerzehe besteht eine Beugefehlstellung im PIP-Gelenk, während das Zehenendgelenk überstreckt ist. Hier unterscheidet man, ob das Gelenk noch beweglich ist (flexibel) oder schon fest (kontrakt) ist. Meist besteht zunächst eine flexible Fehlstellung, die dann mit den Jahren kontrakt wird.

Die Fehlstellung ist sichtbar. Zur Diagnostik gehört für uns aber auch immer die Untersuchung des gesamten Fußes und der Körperhaltung.

Häufig werden zur Beurteilung der Fehlstellung auch Röntgenaufnahmen im Stand angefertigt. Bestehen Beschwerden bei Belastung und beim Gehen, nutzen wir für die Therapieempfehlung auch moderne digitale Ganganalysen.

Ursachen einer Hammerzehe

Es gibt verschiedene Faktoren, die das Entstehen einer Hammerzehe begünstigen. Häufig besteht eine Kombination verschiedener Faktoren:

- Die Zehe wird im Schuh immer wieder gestaucht
- Es besteht eine Schädigung im Zehengrundgelenk, so dass die Zehe nach oben abweicht und Ihre Stabilität im Grundgelenk verliert
- Die Zehe wird von einer anderen Zehe (meist der Großzehe bei einem Hallux valgus) verdrängt
- Die Sehnen am Fuß sind zu schwach oder es besteht eine Dysbalance der Muskulatur
- Neurologische oder rheumatische Grunderkrankung

Symptome einer Hammerzehen

Durch die Fehlstellung bei einer Hammerzehe können verschiedene Beschwerden auftreten:

- Durch die gebeugte Stellung der Zehe kann es im Schuh zu eng werden und es entstehen Schwielen und Druckstellen mit Schmerzen.
- Durch die fehlende Funktion der Zehe können auch Beschwerden in den angrenzenden Zehen und Gelenken entstehen.
- Die Druckstellen entzünden sich so stark, dass sich offene Wunden bilden oder Eiter ansammelt.

Konservative Therapie einer Hammerzehe in Düsseldorf

Da es sich um eine Fehlstellung der Zehe handelt, kann bei noch flexiblen Gelenken mit spezieller Gymnastik und ggf. Taped eine Verbesserung der Fehlstellung erreicht werden.

Ist das Gelenk in der Fehlstellung fest, kann die Korrektur nur operativ erfolgen.

Beschwerden, wie Druckstellen, Schwielen oder Schmerzen, können gelindert werden durch:

- Schuheinlagen
- Ausreichend weite Schuhe
- Individuelle Polsterung (Gelpolster, Filzringe, Silikonringe, Nachtschienen)
- Fußgymnastik
- Kinesiotaping

Operative Therapie einer Hammerzehe bei uns in Düsseldorf

Das Operationsverfahren hängt vom Ausmaß der Fehlstellung und ggf. weiteren erforderlichen Korrekturen am Fuß ab.

Ist die Zehe im Gelenk noch beweglich, kann eine Korrektur durch eine Sehnenverlagerung der Beugesehnen erfolgen.

Ist das betroffene Gelenk schon in der Fehlstellung fest, erfolgt eine Korrekturarthrodese – hier wird das Gelenk in gerader Stellung versteift.

Nachbehandlung einer Operation der Hammerzehe

Je nach Operationsverfahren und evtl. Begleitoperationen darf man den Fuß nach der Operation in einem sohlenversteiften Verbandsschuh direkt belasten. Es erfolgen Wundkontrollen und nach 10–14 Tagen werden die Fäden der Hautnaht entfernt.

Sie wünschen eine Beratung?

Sie interessieren sich für weiterführende Informationen?

Sie wünschen eine persönliche Beratung oder einen Termin in unserer Praxis?

Wir freuen uns auf Sie.

[Kontakt](#)

[Online-Termin](#)

[+49 211 95954-860](tel:+4921195954860)