

## Wir in der Presse

Datum: 13.03.2019

Medium: TZ

### Gesundheit

## Riss im Außenband

*Beim Fußballspielen bin ich unglücklich mit dem Fuß umgeknickt. Mein Knöchel schmerzt, ist dick und blau geworden. Was verursacht die Symptome und wie gehen Sportorthopäden bei der Therapie vor?* JONAS A. (26), BERG

Die beschriebenen Symptome (starker Schmerz, Schwellung und Bluterguss) deuten auf einen Außenbandriss am Sprunggelenk hin. Zur Befunderhebung wird das Sprunggelenk untersucht und evt. eine Röntgenaufnahme angefertigt, um eine Verletzung des Knochens auszuschließen. In der Regel wird der Bänderriss konservativ behandelt. Sie erhalten eine Orthese (spezielle Gehschiene), welche Bewegungen des Fußes ermöglicht, aber das verletzte

Band schont. Es soll in der Heilungsphase selbst wieder anwachsen bzw. eine stabile Narbe ergeben. Wichtig ist danach ein Vorbeugungsprogramm, das ein erneutes Umknicken verhindert. Bei einer hochgradigen Instabilität mit Riss aller Bänder oder einem Riss der Syndesmose, dem Band, das die Knöchelgabel zusammenhält, sollte eine zeitnahe OP in Erwägung gezogen werden. Bei einem Verdacht auf eine solche Verletzung wird meist zusätzlich eine MRT-Untersuchung durchgeführt.



PD DR. STEPHAN LORENZ, CHEFARZT  
FÜR SPORTORTHOPÄDIE IM CHIRURGISCHEN KLINIKUM MÜNCHEN SÜD

