



## **Fasziitis plantaris**

Am Sehnenansatz der Muskeln am Fersenbein wirken Tag für Tag immense Kräfte. Die Folgen bleiben nicht aus, und so führen einseitige Belastungen, Übergewicht oder Fehlstellungen nicht selten zu Reizungen beziehungsweise mikroskopisch kleinen Verletzungen. Bald darauf beginnt der Körper selbst erste Hilfe zu leisten – und lagert an den Stellen Knochensubstanz ab. Ohne Therapie verschlimmert sich die Entzündung, weiteres Material wird deponiert, ein Teufelskreislauf beginnt. Jeder Zehnte hat diesen Defekt, viele Patienten merken anfangs noch recht wenig davon. Später kommt es zu Schmerzen, vor allem nach längeren Entlastungsphasen, beim morgendlichen Aufstehen, später auch unter Belastung. Bei der Untersuchung findet sich häufig eine verminderte Beweglichkeit des Sprunggelenks in Richtung Fußrücken, hervorgerufen durch verkürzte Wadenmuskeln.

## **Klassisch therapiert**

In den meisten Fällen helfen orthopädische Einlagen, um das Fußgewölbe zu stützen, inklusive einer weichen Polsterung an der Ferse. Auch empfinden die meisten Patienten Kälte als angenehm. Das Konzept wurde als Kryotherapie mit Kohlendioxid weiter professionalisiert.

Gymnastik lindert die Beschwerden. Betroffene können dabei selbst aktiv werden: Nach entsprechender Einweisung lassen sich der zweiköpfige Wadenmuskel (Musculus gastrocnemius) sowie der Schollenmuskel (Musculus soleus) gut zu Hause dehnen, mehrmals täglich für jeweils zehn Minuten. Parallel helfen entzündungshemmende Arzneistoffe wie Ibuprofen. Noch wirksamere Substanzen, etwa Diclofenac, sind topisch verfügbar, erfordern bei systemischer Gabe gegebenenfalls einen wirksamen Magenschutz.

Bleiben diese Strategien ohne Effekt, lohnt ein Versuch mit Lokalanästhetika und Corticoiden. Die hochfrequente elektrohydraulische Stoßwellentherapie bringt möglicherweise Erfolg. Gesetzliche Krankenkassen übernehmen diese Leistung nicht.

## **Strahlung auf die Ferse**

Tritt nach einem halben Jahr trotz aller Bemühungen keine Besserung ein, bleibt als Option immer noch die Therapie mit Röntgenstrahlen. Damit verbinden viele Laien nach wie vor hohe Krebsrisiken und sind erst einmal skeptisch, Aufklärung tut Not. Beim Fersensporn müssen Nuklearmediziner vor Beginn den Herd durch bildgebende Verfahren lokalisieren, damit die Strahlungsquelle auch genau positioniert werden kann. Vorteile liegen vor allem in der Effektivität bei vergleichsweise geringem Aufwand, Um die unterschiedliche biologische Wirksamkeit von Alpha-, Beta-, Gamma- und Neutronenstrahlung sowie die verschiedenen Empfindlichkeiten diverser Gewebe zu berücksichtigen, wurden Größen wie die Äquivalentdosis, die effektive Dosis sowie die Organdosis eingeführt. Ihre Einheit ist das Sievert (Sv).

Dienten als Strahlungsquelle anfangs noch Röntgengeräte, verwenden große Kliniken und Therapieeinrichtungen heute Beschleuniger. Patienten, die 6,0 Gy erhielten, waren in der Tat größtenteils schmerzfrei, deren Ansprechraten lagen zwischen 70 und 100 Prozent. Im Beobachtungszeitraum von zwölf Monaten zeigten sich weder akute Schäden noch Spätfolgen der Therapie. Ältere Studien hatten sogar Werte zwischen 2,5 und 18,75 Gray getestet, ohne bessere Resultate erzielt zu haben. Strahlenschäden konnten auch diese Autoren nicht nachweisen. Dennoch fehlen Langzeitstudien mit großen Kohorten.

## **Schlechte Aussichten**

Sollten alle Methoden versagen, was auf rund fünf Prozent der Patienten zutrifft, bleibt immer noch ein chirurgischer Versuch. Verfahren wie die Abtragung des Sporns inklusive Schleimbeutel beziehungsweise die Ablösung der entsprechenden Sehnen haben jedoch nur zu mageren Langzeitergebnissen geführt. Besser ist die plantare Fasziotomie geeignet, bei der Chirurgen unter Druck stehende Muskelgruppen durch Auftrennung der entsprechenden Faszie entlasten. Dabei kann auch der Nervus plantaris lateralis dekomprimiert werden.

Auf lange Sicht gelten die Eingriffe jedoch als problematisch: Patienten erhoffen sich von der OP meist eine dauerhafte Heilung. Wie bei anderen Therapien beheben Chirurgen nur ein Symptom, nicht jedoch das zugrunde liegende Problem – beispielsweise Übergewicht oder Fehlstellungen.