



# Ganzheitliche Therapie bei Fersensporn

Interview mit Dr. Stephan Biesenbach

**Ein stechender Schmerz in der Ferse oder ein Auftrittsschmerz am Morgen können Anzeichen für einen Fersensporn sein. Dr. Stephan Biesenbach, Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie sowie ärztlicher Leiter einer ambulanten Rehaeinrichtung, gibt im Gespräch Einblicke in das Krankheitsbild und die Behandlungsmöglichkeiten.**

**Herr Dr. Biesenbach, wie viele Patienten mit Fußfehlstellungen behandeln Sie ungefähr pro Jahr?**

„Die Diagnostik von strukturellen und funktionellen Veränderungen der Füße ist Routinebestandteil der Untersuchung von Patienten. Dies geschieht unter anderem durch klassische statische und dynamische Inspektion sowie manuelle Untersuchungstechniken. Bei circa 25 bis 30 Patienten pro Jahr wird bei mir eine manuelle Behandlung am Fuß mit jeweils circa zwei bis drei Sitzungen erforderlich.“

**Sind Fuß-Beschwerden eine Frage des Alters?**

„Bei älteren Patienten ab 65 Jahren treten Veränderungen der Fußstatik oder deformierende Veränderungen gehäuft auf. Diese müssen aber nicht zwingend mit Symptomen einhergehen. Auch die Diagnose Fersensporn nimmt mit dem Alter zu. Doch bereits im Kindesalter gibt es kleine Patienten mit Fußdeformitäten. Hier gilt es, sehr individuell den Entwicklungsstand, das Bewegungsverhalten und die Umgebungsfaktoren zu betrachten.“

**Welche Einflussfaktoren bedingen Fußfehlstellungen?**

„Erkrankungen der Füße unterliegen einer Vielzahl von Einflussfaktoren. Eine Plantarfasziitis beispielsweise, die auch im Zusammenhang mit einem Fersensporn vorkommt, geht häufig mit einem höheren Körpergewicht, länger einwirkenden Stehbelastungen und / oder sportlichen Aktivitäten einher. Daneben gibt es Patienten mit bestimmten Grunderkrankungen, wie Diabetes oder Rheuma, die eine besondere Gefährdung für Fußprobleme mitbringen.“

**Eine häufige Erkrankung am Fuß ist ein Fersensporn.**

**Was sind die Herausforderungen bei der Behandlung?**

„Es bedarf unter anderem einer ausführlichen Anamnese, um auslösende Ursachen zu finden. Denn nicht jeder Fersensporn geht mit Schmerzen einher. Die plantare Faszie ist die dickste Bindegewebsstruktur am Fuß. Sie verspannt das Längsgewölbe und muss bis zu einem Vielfachen des Körpergewichtes

aushalten. Schmerzen entstehen immer dann, wenn es zu einer lokalen Entzündungsreaktion kommt. Heilungsprozesse zu unterstützen ist herausfordernd, da das Gewebe nicht optimal genährt wird und die Belastungsruhe, die für die Therapie wichtig ist, oftmals schwer einzuhalten ist.“

**Die orthopädische Einlage igli Heel von medi wurde unter anderem für die Therapie von Fersensporn entwickelt. Wie unterstützt sie Ihre Patienten?**

„Das Konzept der igli Einlage beruht auf der lokalen Entlastung, da sie die Verspannungsarbeit des Längsgewölbes übernimmt. Dafür sorgt beispielsweise die Anordnung der Fasern in der Carbonspange. Zudem können die Postings individuell platziert werden, sodass die kurze Fußmuskulatur beeinflusst wird. Ein weiteres Plus für die Patienten: Durch ihr besonderes Material ist sie niedrig und wirkt dennoch.“

**Der igli Heel liegt eine Faszienrolle mit therapiebegleitenden Übungen bei. Sie waren mit Ihrer Expertise in die Entwicklung eingebunden. Warum ist ein ganzheitliches Konzept wichtig?**

„Häufig kommen bei einem Fersensporn mehrere Faktoren zusammen. Um dem Patienten möglichst schnell zu helfen, sind verschiedene Therapieansätze wichtig. Neben der Standardtherapie können gezielte physiotherapeutische Techniken sinnvoll sein: Mobilisation der Gelenke des Fußes, Verbesserung der lokalen Durchblutung, Training der stabilisierenden Muskulatur und günstiger Bewegungsabläufe. Doch wir sollten weiterdenken – auch die Ernährung und das Gewicht haben Einfluss auf den Entzündungsstoffwechsel. Zudem kann ein Faszientraining unterstützen. Durch diese zusätzlichen ganzheitlichen Ansätze bekommen Patienten ein Stück Eigenverantwortung und können ihre Therapie aktiv mitgestalten.“

**Was ist für Sie die Besonderheit am igli Konzept?**

„Eine Einlage sollte individuell an die Bewegungsmuster des Patienten angepasst sein und den Fuß optimal unterstützen, so wie die igli Einlagen von medi. Geschädigte oder entzündete Strukturen brauchen eine besondere Bettung. Unterstützt die Einlage zusätzlich noch die intrinsischen Funktionen des Fußes, erhöht das die Akzeptanz des Patienten für die Einlage – eine wichtige Voraussetzung für den Therapieerfolg.“

**Vielen Dank, Herr Dr. Biesenbach, für das informative Gespräch!**