

ERKRANKUNGEN UND VERLETZUNGEN DER ACHILLESSEHNE

Von Dr. med. Christian Bilat, Dr. med. Edoardo Calzoni und Dr. med. Regula Specker / Unfallchirurgie



Die Achillessehne muss starken Belastungen standhalten. Schmerzhaft Beschwerden können chronisch auftreten und werden oft mit Physiotherapie behandelt. Bei einem Riss der Achillessehne ist je nach Fall eine Operation erforderlich, die minimalinvasiv durchgeführt werden kann.

Schmerzhaft Beschwerden

Chronische, belastungsabhängige Beschwerden im Bereich der Achillessehne sind relativ häufig. Oft sind sie mit einer deutlichen Einschränkung der sportlichen und der alltäglichen Belastbarkeit verbunden. Mögliche Ursachen für eine Reizung oder Entzündung sind mehrere Einflussfaktoren wie Gewicht, Körpergrösse, Alter, Kraft der Wadenmuskulatur, Belastungsintensität und Fehlstellungen des Fusses.

Mit dem Begriff Achillodynie werden schmerzhaft Beschwerden an der Achillessehne beschrieben. Dabei kann auch das umliegende Gewebe entzündliche Reaktionen zeigen. Für die Diagnose wird unter anderem die Magnetresonanztomografie (MRT) eingesetzt. Die Achillodynie kann oft mit physiotherapeutischen Massnahmen behandelt werden. Erfolgversprechend sind insbesondere Dehnungsübungen sowie Ultraschall und Elektrotherapie. Die Übungen stellen eine Ausnahme in der Behandlung von Beschwerden des Bewegungs-

apparates dar: Sie sind nur erfolgreich, wenn sie mit Schmerzen verbunden sind. Eine längerdauernde Linderung oder vollständiges Verschwinden der Achillodynie kann nur erzielt werden, wenn gleichzeitig mögliche Ursachen behoben werden.

Wie kann die Achillessehne reißen?

Ein Riss der Achillessehne ist die Folge struktureller Veränderungen der Achillessehne. Nur ein kleiner Teil der betroffenen Personen hat zuvor eine Achillodynie. Ursache für einen Riss ist die Alterung des Gewebes, die mit einem Elastizitätsverlust der Sehnen einhergeht. Einfach formuliert könnte man sagen, dass wir nicht nur älter, sondern auch «spröder» werden. Es erstaunt deshalb nicht, dass die meisten Patienten mit einem Riss der Achillessehne zwischen 40 und 45 Jahre alt sind – nicht mehr ganz jung und noch sehr sportlich.

Behandlung eines Risses

Der Riss der Achillessehne ist ein akut auftretendes Ereignis. Es ist oft mit dem Gefühl eines Fusstrittes in die Wadenregion und einem peitschenartigen Knall verbunden. Die Patienten können mit dem Fuss nicht mehr abrollen oder eine Zehenspitzenposition einnehmen. Bei uns erhalten diese Patienten einen Unterschenkelstiefel mit einer Spitzfuss-Stellung des Fusses von 30°, Stöcke sowie eine Schmerzmittel- und Thrombose-schutzbehandlung.

Wenige Tage danach führen wir ohne Entfernung des Unterschenkelstiefels eine MRI-Untersuchung durch, um den genauen Abstand zwischen den Sehnenstümpfen messen zu können. Bei einem Abstand von weniger als 5 mm empfehlen wir ein konservatives Vorgehen (ohne Operation). Bei einem Abstand von mehr als 5 mm ist meist eine operative Sehnennaht nötig. Ziel dieses minimalinvasiv durchgeführten Eingriffes ist eine lückenlose Annäherung der beiden Sehnenstümpfe. Dadurch kann die ursprüngliche Länge der Achillessehne wieder hergestellt werden. Ausserdem vermeidet man so das Einwachsen von Narbengewebe mit schlechteren mechanischen Eigenschaften. In jedem Fall ist das Tragen eines Unterschenkelstiefels für 9 Wochen erforderlich.

Trotz aller medizinischer Fortschritte ist ein Riss der Achillessehne, mit oder ohne Operation, mit einer mehrmonatigen Behandlung und sehr häufig mit einem verbleibenden Kraftverlust der betroffenen Wadenregion verbunden.

TRAUMA ZENTRUM
HIRSLANDEN KLINIK AARAU

T +41 62 836 76 00
TRAUMAZENTRUM.AARGAU@
HIRSLANDEN.CH