

BLICKDIAGNOSE

Zunehmende Schmerzen beim Joggen

Dumm gelaufen!

Ein 52-jähriger Patient, der seit ca. fünf Jahren regelmäßig jeden Morgen 30–45 Minuten gelaufen ist, stellte sich mit zunehmenden Schmerzen und Schwellung im rechten Sprunggelenksbereich vor. Unter Belastung, besonders beim Joggen, nahmen die Beschwerden deutlich zu. Ein Trauma lag nicht vor.

— Die klinische Untersuchung zeigte eine druckschmerzhafte, leicht gerötete Schwellung zwischen Achillessehne und Tibia hinter dem Außenknöchel und verstrichene Gelenkkonturen im Innenknöchelbereich. Sonografisch fanden sich verdickte Weichteilstrukturen und eine Ergussbildung vor der Achillessehne, welche aber intakt war. Es wurde Schonung, Tapeanlage und 2x 800 mg ret. Ibuprofen unter PPI-Einnahme verordnet. Hierunter kam es eher zu einer weiteren Verschlechterung, zumal das NSAR schlecht vertragen wurde. Daraufhin wurde eine MRT-Untersuchung in die Wege geleitet, welche den Befund einer Infraktion des Kalkaneus mit Mitreaktion des Periost und der umgebenden Weichteilstrukturen zeigte. Als Diagnose wurde eine Stressfraktur des Kalkaneus gestellt.

Ermüdungsbrüche oder Stressfrakturen treten durch länger anhaltende gleichförmige höhere Belastungen, besonders bei Laufsportarten, Tanzen, langen Märschen (Marschfraktur bei Soldaten) und Leistungssport auf. Betroffen sind Knochen des Fußskeletts, des Ober- und Unterschenkels und selten des Beckens. Mit verursachend können bei Sportlerinnen Störungen des Hormonhaushaltes sein.

Andere seltene Ursachen, wie Knochentumoren und entzündliche Knochenveränderungen, sollten bei fehlender Ausheilung ausgeschlossen werden.



In abnehmender Häufigkeit betroffen sind Tibia, Mittelfußknochen (Os naviculare und Ossae metatarsaliae), Femurdiaphyse, Fibula und Becken. Kalkaneusfrakturen werden eher selten gesehen. Die typischen Symptome finden sich in obiger Fallbeschreibung.

Nach Diagnosestellung wurde eine mindestens vierwöchige Ruhigstellung in einer Entlastungsschiene mit anschließendem langsamen Trainingsaufbau verordnet. Im Allgemeinen heilen diese Frakturen folgenlos aus. Bei Lokalisation im Schenkelhals, Tibia, Mittelfußknochen und Kahnbein müssen besonders bei verzögerter Heilung oder Dislokation häufig auch Osteosyntheseverfahren eingesetzt werden. In der Regel heilen alle Stressfrakturen aus, Verläufe über mehr als sechs Monaten kommen aber vor.

Keywords: stress fracture of the calcaneus

■ Thomas Welchering, Praxis für Allgemeinmedizin (in Gemeinschaft mit Dr. Margareta Bernards), An der Kemperwiese 3, D-51069 Köln

www.springermedizin.de



Weitere Blickdiagnosen finden Sie im Internet unter:

<http://www.springermedizin.de/blickdiagnose>