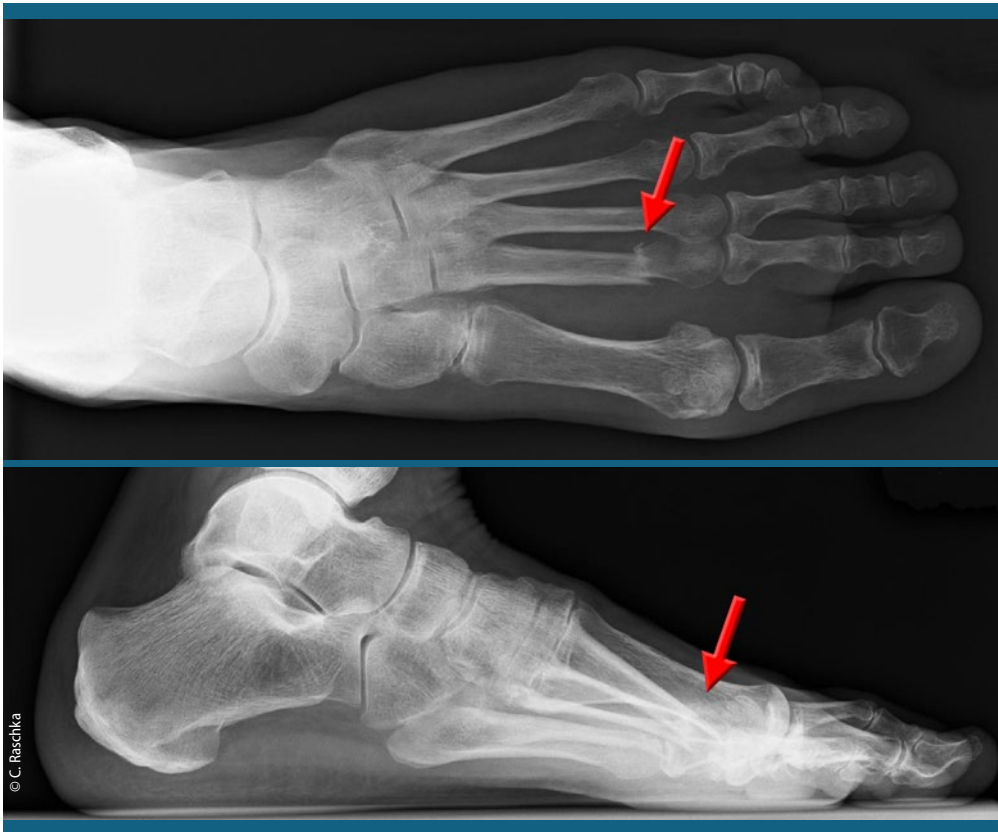


# BLICKDIAGNOSE

Die Fälle der MMW-Leser

Stellen Sie uns  
Ihren Fall vor.  
Bei Veröffentlichung  
erhalten Sie **150 Euro!**  
cornelius.heyer@  
springer.com



Fraktur des  
Os metatarsale II  
im Röntgenbild  
unter Belastung.

## Marschfraktur

# Vom Jakobsweg zermürbt

— Eine 48-jährige Krankenschwester hatte sich auf den Jakobsweg begeben. Mit der Zeit stellten sich Schmerzen am linken Fuß ein, die nach 23 Tagesetappen mit einem durchschnittlich bewältigten Streckenpensum von 20–25 km unerträglich geworden waren. Im Bereich des linken Mittelfußes hatte sich zudem eine signifikante Schwellung gebildet. Die Frau musste schließlich ihre Wanderung abbrechen und nach Hause zurückkehren.

In der Röntgenaufnahme des linken Fußes unter Belastung zeigte sich ein Bruch des zweiten Mittelfußknochens. Es handelte sich um eine klassische Marschfraktur, die durch die Belastungen auf dem Pilgerweg entstanden war. Synonym werden auch die Begriffe Stress- und Ermüdungsfraktur gebraucht. Diese besondere Bruchform tritt primär im Mittelfuß auf und resultiert aus einer mangelnden Anpassung des Knochengewebes an eine ungewohnte, zyklische, repetitive (Über-)Belastung im Rahmen exzessiver sportlicher Betätigung. Sie verursacht heftige Schmerzen bei der Bewegung, wodurch der Patient

stark eingeschränkt wird. Frakturen dieser Art treten vor allem bei Soldaten auf – daher auch der Name „Marschfraktur“ –, doch kann es auch Jogger, Geher und andere Hochleistungssportler treffen. Die Brüche können quer, längs oder schräg verlaufen. Besonders häufig betroffen ist das Köpfchen des Os metatarsale II, aber auch die Ossa metatarsalia III und IV. Selbst im Bereich von Fibula und Tibia können Marschfrakturen auftreten.

Nach der Diagnosestellung sollte der Fuß sofort ruhiggestellt und mittels eines Vorfußentlastungsschuhs für etwa 4–8 Wochen entlastet werden. Bei unsicherer Diagnose im Nativröntgen kann eine Absicherung über Szintigramm oder MRT erfolgen. Mit spezifischen sportlichen Belastungen wird häufig ab der 10. Woche wieder begonnen. ■

→ Prof. Dr. med. Dr. rer. nat. Dr. Sportwiss. Christoph Raschka  
Praxis für Allgemeinmedizin – Sportmedizin, Im Igelstück 31,  
D-36088 Hünfeld