

Pressemappe: Agrar-PR

10.05.2022 | 11:46:00 | ID: 33068 | Ressort: [Verbraucher](#) | [Gesundheit](#)

Umnicken im Sport: Wenn die Bänder über dem Sprunggelenk reißen

Berlin (agrar-PR) - *Häufig passiert es in Sportarten mit schnellen Richtungswechseln: Fussball, Handball, Tennis zum Beispiel. Einmal den Fuss nach aussen weggedreht, umgeknickt und schon ist es passiert - die Bandstruktur des Sprunggelenkes und manchmal auch etwas "höher" über dem oberen Sprunggelenk halten dem Zug nicht stand und reißen. Entweder teilweise oder ganz. Warum eine Syndesmosen-Verletzung manchmal eine Horror-Diagnose ist und wie sie behandelt wird, darüber berichtet Priv.-Doz. Dr. med. Raymond Best, Facharzt für Orthopädie, Chirurgie, Unfallchirurgie, Notfallmedizin, Sportmedizin (Sportklinik Stuttgart) auf dem 37. GOTS Kongress in Berlin.*

Die Syndesmose ist die Verbindung zwischen Waden und Schienbein durch eine straffe Bandstruktur, die insgesamt aus fünf Bändern besteht. Die einzelnen Strukturen sind bindegewebsartig und haben unterschiedlichen Bruchlasten und Steifigkeiten. Nur wenn alle fünf Bänder bei einer Verletzung reißen, redet man von einem kompletten Syndesmosen-Riss, der in diesem Fall dann auch meist auch mit Knochenbrüchen einhergeht. "Bei einem Teilriss, bei dem nur das vordere oder mittlere Band betroffen sind, wird für die Diagnose aber oft der gleiche Terminus verwendet. Das ist ein wenig irreführend, und mündet nicht selten unberechtigt in der Bezeichnung "Horroridiagnose", so PD Dr. Best.

Meist sind Sportler zwischen 12 und 40 Jahren betroffen. Außer in den Sportarten mit schnellen Richtungswechseln können Syndesmosen-Verletzungen oft auch beim Klettern, Wandern oder Skifahren vorkommen, wenn entsprechend hohe Kräfte am Werk sind.

Während Ultraschall, -Röntgen und MRT-Untersuchungen recht schnell einen Komplettriss offenbaren, ist es bei einem Teilriss mehrerer Bänder nicht immer gleich eindeutig. Sind nur 2 bis 3 Bänder betroffen, kann man die Folgen für die Stabilität der "Sprunggelenksgabel" oft nicht zweifelsfrei nur anhand von Bildern belegen. In diesem Fall hilft eine Spiegelung des Sprunggelenkes (Arthroskopie) weiter. Während dieser Sitzung testet der Operateur die Stabilität der Bänder z.B. durch leichtes "Gegendrücken" des Wadenbeines mit einem kleinen Stab.

Bei der operativen Versorgung wird das Wadenbein in seine Führung am Schienbein "gestellt" und per Schrauben oder Fadensystemen eine stabilisierende Verbindung geschaffen, die eine Heilung der syndesmosalen Bandverbindungen sicherstellen soll.

Die Ausfallzeit beträgt in der Regel mindestens 8-12 Wochen.

4-6 Wochen müssen Betroffene nach OP bis zum Abschluss der reparativen Phase teilentlasten, anschließend bis zu drei Monate langsam wieder aufbelasten. Auch eine Teilverletzung, die konservativ behandelt wird, muss entsprechend gut ausheilen und braucht Zeit.

Best: "Das Schlimmste, was passiert, wenn es nicht richtig ausheilt, ist, dass die Syndesmose nicht stabil genug wird, was wiederum zu belastungsabhängigen Schmerzen führen kann."

Sportler und Nichtsportler unterliegen dabei den gleichen Naturgesetzen, auch bei Sportlern heilt eine Syndesmosenverletzung nicht schneller und erfordert daher eine entsprechend konsequente Belastungspause.

Pressekontakt:
GOTS Pressestelle
Kathrin Reisinger
Tel.: +49 (0) 36 41 / 47 24 158
E-Mail: presse@gots.org



[Agrar-PR](#)

Postfach 131003 70068 Stuttgart Deutschland

Telefon: +49 0711 63379810

E-Mail: redaktion@agrar-presseportal.de Web: www.agrar-presseportal.de >>> [Pressefach](#)