

Golfen mit schmerzenden Füßen muss nicht sein!

Das Wunderwerk unserer Füße besteht aus mehr als 26 verschiedenen Gelenken und 32 Knochen. Wenn einer dieser Bausteine nicht mehr funktioniert, ist das entspannte Golfspiel und die Möglichkeit, 18 Löcher zu laufen, gefährdet. Frau Dr. med. Myrielle Hitz, Fuss- und Sprunggelenkchirurgin in der Gemeinschaftspraxis mit Dr. med. Martin Huber, ist selbst leidenschaftliche Golferin und beantwortet Fragen zu den häufigsten Fussbeschwerden der Golfer



WAS SIND DIE HÄUFIGSTEN BESCHWERDEN, MIT DENEN GOLFERINNEN ZU IHNEN IN DIE PRAXIS KOMMEN?

Am häufigsten klagen Golfer und Golferinnen über Schmerzen im Sprunggelenk oder über dem Hallux.

WIE MACHEN SICH SCHMERZEN IM SPRUNGELENK WÄHREND EINER RUNDE GOLF BEMERKBAR?

Beim Abschlag wirkt eine enorme Drehbewegung auf das obere Sprunggelenk, das nur durch seine einmalige Kongruenz und komplexe Bandführung diese Drehung

auffangen kann. Wenn der Knorpel im Gelenk abgenutzt oder der Bandapparat geschädigt ist, kann dies zu Einschränkungen und Schmerzen führen. Es gibt einige konservative Massnahmen, die die Beschwerden in einem ersten Schritt lindern können. Operativ stehen unterschiedliche Optionen zur Verfügung, bis hin zu künstlichen Gelenken.

KANN MAN MIT EINEM KÜNSTLICHEN SPRUNGELENK GOLF SPIELEN?

Selbstverständlich! Es gibt eine Prothese für das obere

Sprunggelenk, mit der die bestehende Beweglichkeit des Gelenkes erhalten bleibt. Wir haben einige Patienten, die mit dieser Prothese schmerzfrei wieder Golf spielen. Man sollte mit einer Spielpause von ca. sechs Monaten rechnen, während Putten aber bereits nach ca. zwei Monaten wieder möglich ist. Aber die Prothese kommt nicht für jeden infrage.

EIN ANDERES PROBLEM, DAS SIE EINGANGS ERWÄHNT HABEN, IST DER HALLUX. WARUM BEREITET DER HALLUX AUF EINMAL SCHMERZEN?

Bei einem schmerzenden Hallux kommen viele Faktoren zusammen. Meist treten Schmerzen am Hallux auf, wenn lange geschlossene Schuhe getragen werden müssen, wie zum Beispiel im Golf, oder wenn bereits eine Abnutzung des Gelenkes besteht. Die chirurgische Korrektur des Hallux ist unsere erfolgreichste und häufigste Operation. Man sollte mit einer Spielpause für Runden auf langen Golfplätzen von ca. drei bis vier Monaten rechnen. In der Sprechstunde werden wir Ihren Fuss auf Fehlstellungen und Arthrosen untersuchen und Ihnen die passende Behandlung erklären. Die Operation sollte immer der letzte Therapieschritt sein.

WORAUF SOLLTEN GOLFER ACHTEN, DAMIT SCHLÄGE ODER BEWEGUNGEN KEINE FUSSPROBLEME VERURSACHEN ODER VERSTÄRKEN?

Häufig ist der Fussknick am Ende des Schlags ein Schmerzauslöser. Mit einem langsamen Schwung lässt sich die einwirkende Kraft auf den Fuss verringern und so der Schmerz reduzieren.

WAS TRAGEN SIE FÜR GOLFSCHUHE?

Da meine Füße keine Probleme bereiten, achte ich auf stabile, bequeme Golfschuhe, die mich nicht einengen und natürlich gut aussehen.

ZUR PERSON



Dr. med. Martin Huber (61)
Verheiratet, zwei Kinder,
Fusschirurg mit FMH
Orthopädie und Traumatologie
des Bewegungsapparates,
Praxisgemeinschaft mit Dr. Hitz

HATTEN SIE SCHON EINMAL KONTAKT MIT GOLF?

Ja, durch Patientenkontakte.

WAS BETREIBEN SIE FÜR EINE SPORTART?

Laufsport und Bergsteigen.

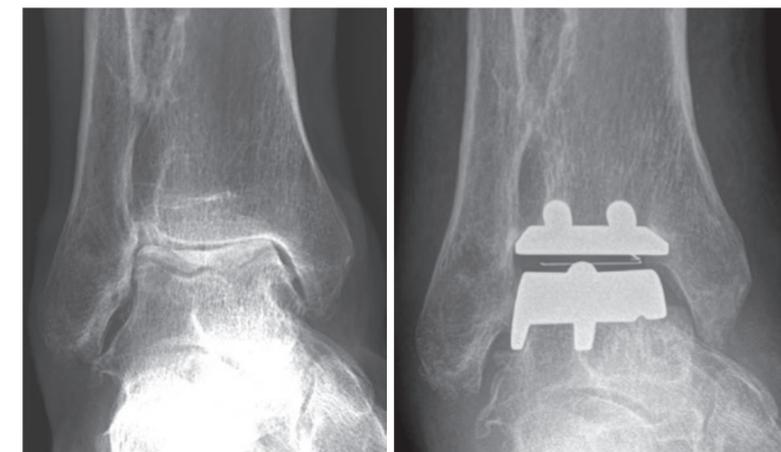
ZUR PERSON



Dr. med. Myrielle Hitz (40),
liert, Fusschirurgin mit FMH
Orthopädie und Traumatologie
des Bewegungsapparates,
Praxisgemeinschaft mit
Dr. Huber
www.fusschirurgiebern.ch

SEIT WANN SPIELEN SIE GOLF UND WO SIND SIE IM GOLFCLUB?

Seit acht Jahren im GC Entfelden.



Links: Arthrose im oberen Sprunggelenk
Rechts: Künstliches Sprunggelenk

W
WALDHUUS
DAVOS

**AUFSTEHEN UND
ABSCHLAGEN -
GEPFLEGTES GREEN
DIREKT VOR DER
HAUSTÜR**

Hotel Waldhuus Davos
Mattastrasse 58
CH-7270 Davos Platz

T. +41 (0)81 417 93 33
waldhuus@mountainhotels.ch
www.waldhuusdavos.ch

Play and Stay:
Eine Übernachtung
im Doppelzimmer inkl.
zwei Greenfees
pro Person:
CHF 285.-

