



Fragen und Antworten rund um Ihre Gesundheit

Schicken Sie uns Ihre Anliegen an [50plusmagazin.ch/onlinedoktor](https://www.50plusmagazin.ch/onlinedoktor)
Für persönliche Auskünfte: onlinedoktor365.ch

Hilft bei einem Hallux nur eine Operation?



PROF. DR. MED. CHRISTIANE BROCKES

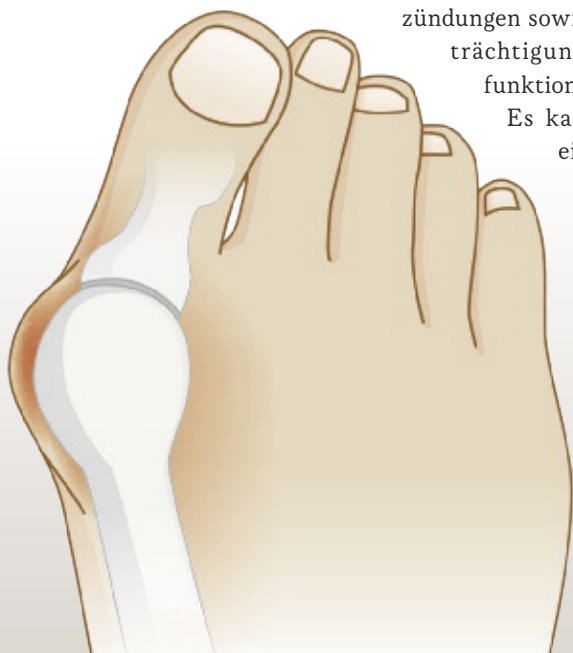
Mich plagen an beiden Füssen ein schmerzhafter Hallux. Gibt es neben einer Operation andere Behandlungsmöglichkeiten?

weiblich, 61 Jahre

Der Hallux valgus ist eine häufige Fehlstellung des Vorfusses. Die Grosszehe weicht zur äusseren Seite ab, und kann sich dabei sogar unter die benachbarten Zehen schieben. Der Kopf des 1. Mittelfusssknochens ragt nach innen und erscheint als Vorwölbung. Mit dieser Deformität können Schmerzen, eine Beeinträchtigung der Nachbarzehen, Hautreizungen und chronische Entzündungen sowie eine Beeinträchtigung der Fussfunktion einhergehen.

Es kann sich auch eine Arthrose

bilden. Das Ausmass der Beschwerden bestimmt, ob und wann eine Behandlung angezeigt ist. Eine Operation ist die einzige Behandlung, mit der die «normale» Anatomie bleibend wiederhergestellt werden kann. Wenn die Beschwerden noch gering und die Fehlstellung noch nicht weit fortgeschritten ist, dann können unter Umständen konservative (also nicht-chirurgische) Massnahmen die Beschwerden mindern und das weitere Fortschreiten verlangsamen oder eventuell auch aufhalten. Dazu gehören Massnahmen wie geeignetes Schuhwerk (niedrige Absätze, genug Raum für die Zehen), angepasste Schuheinlagen, Hilfsmittel wie Zehenspreizer, Bandagen und Schienen (in der Apotheke beraten lassen), Pflaster und Polster für die Druckstellen, Dehnungsübungen und Kräftigung der Fussmuskulatur. Jedoch schreitet die Fehlstellung in der Regel nach Beendigung solcher Massnahmen wieder fort. Langfristig hilft bei stärkeren Beschwerden meist nur eine Operation.



Ich habe sehr helle und empfindliche Haut. Gewisse Sonnenschutzmittel jucken. Auf was muss ich achten?

weiblich, 55 Jahre

Bei sehr heller und empfindlicher Haut ist ein konsequenter und grosszügiger Sonnenschutz besonders wichtig. Juckreiz bei gewissen Produkten kann verschiedene Ursachen haben. Trockene Haut zum Beispiel reagiert allgemein empfindlicher auf äussere chemische und physikalische Reize. Allergische Reaktionen gegen bestimmte Inhaltsstoffe sind möglich. UV-Licht als solches kann bereits bei manchen Personen zu Hautreaktionen führen, zum Beispiel auch in Kombination mit gewissen Inhaltsstoffen der Sonnencreme. Wenn lediglich ein leichter Juckreiz vorliegt, dann können Sie einmal ein Produkt ohne Konservierungsmittel, Parfum

oder Farbstoffen und mit vermehrt pflegender Wirkung versuchen, in der Drogerie oder Apotheke kann man Sie beraten. Wenn sichtbare Hautveränderungen nach dem Benützen der Sonnencreme auftreten oder wenn der Juckreiz sehr stark ist, dann sollten Sie sich an den Hausarzt oder einen Hautarzt wenden.

Es passiert mir in letzter Zeit immer wieder, dass ich meinen Urin nicht halten kann und etwas in die Hosen geht, was mir sehr peinlich ist. Was kann ich dagegen tun?

männlich, 75 Jahre

Ich rate Ihnen, sich an den Hausarzt oder an einen Urologen zu wenden. Unkontrollierter Urinverlust bezeichnet man in der Fachsprache als Urin-

inkontinenz. Es gibt verschiedene Formen der Urininkontinenz und viele mögliche Ursachen dafür. Mögliche Ursachen sind zum Beispiel die bei älteren Männern oft vorliegende Vergrösserung der Prostata, eine Blasenentzündung, Medikamente etc. Man muss Sie darum genauer befragen, zum Beispiel nach der Situation, in denen der Urinverlust auftritt, nach weiteren Beschwerden, Vorerkrankungen, nach früheren Operationen, nach der Einnahme von Medikamenten. Dann erfolgen in der Regel weitere Abklärung wie eine körperliche Untersuchung, eine Urinanalyse, eventuell ein Ultraschall von Blase und Prostata, und je nachdem noch weitere Abklärungen.

Anzeige

Vergesslicher als früher?



Tebofortin
Bei Vergesslichkeit und Konzentrationsmangel.
In Ihrer Apotheke oder Drogerie.

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.
Lesen Sie die Packungsbeilage.



Schwabe
Pharma AG
From Nature. For Health.