

Charlotte Z. (41) aus Gräfelfing: *Ich bin vor zwei Wochen ungeschickt auf der Treppe umgeknickt. Der Knöchel wurde zwar etwas blau, aber ich dachte, es ist nur eine heftige Verstauchung. Aber die Schmerzen und Schwellungen verschwinden nicht. Was jetzt?*

Ärgernis Bänderriss

Sie sollten dringend Ihren Orthopäden aufsuchen. Bei einer Umknickverletzung des Fußes werden die Bänder, die das (obere) Sprunggelenk stabilisieren, abrupt überdehnt. Die Folgen reichen von einer einfachen Zerrung mit kleinsten Rissen der Außenbänder bis hin zu einem vollständigen Riss der drei Außenbänder oder einem Abriss der Außenknöchelspitze. Stark gedehnte Bänder infolge einer Umknickverletzung gehen praktisch immer mit einer Destabilisierung des Sprunggelenks einher. Kann der Fuß während der Untersuchung deutlich nach vorn verschoben oder verstärkt zur Seite hin aufgeklappt werden, liegt meist ein Bänderriss vor. Eine Fehlstellung oder ein Knirschen weisen auf einen Knöchelbruch hin. Gewissheit bringen letztlich eine Röntgen- und bei unklarem Befund auch eine kernspintomographische Untersuchung.



Dr. Werner Zirngibl
Facharzt für Orthopädie
im MVZ im Helios München