

Herr Doktor, wie kommt es zu einem Schnappfinger?

Mit dem Stift schreiben, Gemüse schnippeln... an sich leichte Tätigkeiten. Vorausgesetzt die Beugesehnen im Finger, die für die Beweglichkeit wichtig sind, bereiten keine Probleme. Kommt es dann aber zu einer Entzündung, droht ein sogenannter Schnappfinger. Wie macht sich dieser bemerkbar? Und vor allem: Was hilft dann? Das verrät Markus Schneppenheim, Orthopäde aus Krefeld und Präsident des Deutschen Orthopädie Netzwerk (DON, siehe rechts).

Wie genau entstehen die Beschwerden?

„In jedem Finger sind auch Ringbänder. Sie unterstützen die Sehnen. Entzündet sich

eine der Sehnen und verdickt sie, bleibt sie an einem Ringband leicht oder ganz hängen. Dadurch kommt es zu springenden Fingerbewegungen. Oder der Betroffene muss beim Fingeraufrichten nachhelfen. Manchmal ist aber selbst ein Strecken nicht mehr möglich.“

OP ersparen – hilft die Sportlerspritze?

„Tatsächlich kann die innovative Sportlerspritze einen operativen Eingriff nahezu überflüssig machen. Der Arzt verabreicht hier eine einzigartige patentierte Substanz *Tendoplus* (PZN 18747900, private Kassen zahlen, 248 Euro pro Spritze für Selbstzahler). Die hochwirksame Therapie, deren Wirksamkeit Studien belegen,

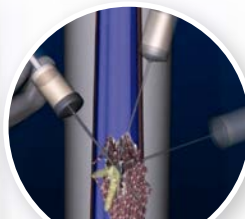
wurde speziell für die Sehnenbehandlung entwickelt. Sie wird mit einer fächerartigen Technik ums entzündete Gewebe verabreicht, dadurch bilden sich neben der Entzündung auch Verdickungen zurück, die Sehne gleitet wieder besser.“

Wodurch entsteht dieses Leiden?

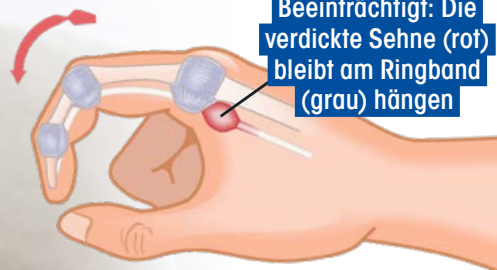
„Für einen Schnappfinger gibt es verschiedene Ursachen. Eine Überbeanspruchung der Hand etwa durch handwerkliche Tätigkeiten oder aber Rheuma. Das muss bei jedem Patienten individuell abgeklärt werden. Der Arzt diagnostiziert das Fingerleiden durch Abtasten, er überprüft auch die Fingerbeweglichkeit, macht Ultraschallaufnahmen.“

Was trägt zur Handgesundheit bei?

„Vermeiden Sie eine zu starke Belastung der Hände, benutzen Sie zudem ergonomische Geräte, etwa bei der Garten- oder Hausarbeit. Gönnen Sie den Händen auch Pausen und machen Sie Dehn- und Mobilisationsübungen.“



Die Sportlerspritze wird um die Entzündung gespritzt



Beeinträchtigt: Die verdickte Sehne (rot) bleibt am Ringband (grau) hängen



Bewegungseinschränkungen nicht als Alterserscheinung abtun!

Dr. med.
Carlo Di Maio
Facharzt für
Orthopädie aus
Neukirchen-Vluyn
und Mitglied im
Deutschen
Orthopädie Netzwerk



Sie haben Fragen zu orthopädischen Erkrankungen? Nutzen Sie die kostenlose Hotline des Deutschen Orthopädie Netzwerks (DON)

08 00/673 84 11,
Mo.-Fr.
von 10-15 Uhr



Oder Sie finden uns unter:
www.dononline.de
oder stellen Sie uns Ihre Fragen an
info@dononline.de



in Zusammenarbeit mit

