

## Themen

- Defibrillator
- Stoma
- Inkontinenz
- Warngeräte
- Allergien
- Laser-Akupunktur-Geräte
- Selbstkontrolle zuhause
- Fitnessprodukte
- Gesundheitsschuhe
- Gesundes Schlafen
- Dekubitussysteme
- Den Alltag bewältigen
- Rollstühle und Rollstuhlzubehör
- Rollmobile
- Gehhilfen
- Keine Angst vor Venenbehandlung
- Überknöchelt – das instabile Sprunggelenk
- Cellulite

# Überknöchelt – das instabile Sprunggelenk



Von Univ. Doz. Dr. Hans-Jörg Trnka und OA Dr. Karl Heinz Kristen  
Das Supinationstrauma führt die internationale Hitparade der Gelenksverletzungen an. Überknöchelt, verknackst oder umgekippt sind gängige Umschreibungen dieser häufigen Verletzung. Neue Untersuchungen haben gezeigt, dass diese sogenannten Bagatelleverletzungen nicht selten langfristige Konsequenzen zeigen.

Nach einer Sprunggelenksverletzung ist häufig das Ausmaß der Schwellung nicht der entscheidende Faktor in der Wahl der richtigen Therapie. Eine genaue Diagnose kann häufig nur durch mehrere Untersuchungen gestellt werden Die Behandlung einer „einfachen“ Sprunggelenksverletzung mit isoliertem Einriss eines äußeren Bandes ist meist konservativ. Eine kurzfristige Ruhigstellung und eine frühfunktionelle Behandlung mit modernen Orthesen, die guten Tragekomfort mit Schutz und Stabilisierung vereinen ist in den meisten Fällen mein bevorzugtes Behandlungsschema. Natürlich rundet ein Koordinations- und Krafttraining für die Sprunggelenksstabilisierende Muskulatur die Behandlung ab und hilft, wiederholte Verletzungen zu vermeiden.

Verletzungen von mehreren Bändern sowie Verletzung von Knorpel und Knochen machen eine Operation zur Rekonstruktion der verletzten Strukturen erforderlich. Auch die postoperative Nachbehandlung hat sich in den letzten Jahren verbessert. Neue Sprunggelenksorthesen unter Verwendung moderner Materialien haben eine frühfunktionelle Behandlung ermöglicht und den Gips in vielen Bereichen abgelöst.

Bei Fragen können Sie uns ein Mail an [orthopaedie@bstaendig.at](mailto:orthopaedie@bstaendig.at) schicken.

 [Zu Favoriten hinzufügen](#)  [Weiterleiten](#)  [Drucken](#)

Newsletter abonnieren:

Senden

## Aktuelles Produkt



[Sprunggelenk Orthese - OFA Support, Art.Nr. 17686](#)

## Ihr Produktguide



Zeigen Sie mir bitte die Stelle, die Sie meinen und ich....

[mehr >](#)

## Veranstaltungen

Wir laden Sie ein, ...