

Dezember15

# aktuell



*Fersenschmerzen – Ursachen und orthopädie-  
technische Versorgungsmöglichkeiten*

*Gerüstet für den Wintersport?*

*Unsere zwei Standorte in der Stadt Zürich  
wurden zusammengeführt.*

*Frohe Weihnacht!*

**BÄHLER** 

# Fersenschmerzen – Ursachen und orthopädie-technische Versorgungsmöglichkeiten

*Fersenschmerzen können vielfältige Ursprünge haben. Häufig lassen sich die Schmerzen durch eine Fasciitis plantaris oder einen Fersensporn erklären.*

Die Ansatzentzündung der Plantaraponeurose beim Fersenbein entsteht durch chronische Überlastung. Ursachen können Übergewicht, plötzliche vermehrte sportliche Aktivität, Schuhe mit harten Sohlen oder auch Fussfehlstellungen wie der Hohlfuss oder der Knick-Senk-Fuss sein. Begünstigt wird die Entstehung der Entzündung durch verkürzte Muskulatur im Bereich der Wade und der hinteren Oberschenkelmuskulatur. Der dadurch entstehende höhere Zug auf die Plantaraponeurose wird heute als grösster Verursacher bei der Entstehung der schmerzlichen Veränderung angesehen. Im gleichen Atemzug wird häufig der Fersensporn genannt. Hierbei handelt es sich um eine knöcherne Austreibung an der Unterseite des Tuber calcanei welche nach vorne zeigt. Die entzündlichen Vorgänge sind verantwortlich für die Entstehung dieser, im Röntgenbild sichtbaren, Veränderung. Untersuchungen zeigen, dass ca. die Hälfte der unter Fersenschmerzen Leidenden keinen Fersensporn hat. Weiter kann festgehalten werden, dass ca. 10–20 Prozent einen Fersensporn ohne Fussprobleme aufweisen.

*(Angaben Schulthess-Klinik)*

Aus orthopädie-technischer Sicht kann bei einer Fasciitis plantaris eine Fusseinlage nach Mass hergestellt werden. Diese im Rückfuss stabilisierende Orthese hilft Fehlbewegungen, hervorgerufen durch obgenannte Fussfehlstellung, zu minimieren und dadurch die Stressoren bei jedem Schritt einzudämmen. Eine leichte Erhöhung der Ferse kann zur Entlastung des Spannungszustandes bei verkürzter Muskulatur beitragen. Auf keinen Fall werden Dehnungsübungen durch diesen «biomechanischen Eingriff» ersetzt. Im Verlauf der Therapie sollte die Fersenerhöhung wieder reduziert werden.

Weiter gibt es die Möglichkeit, die Dehnung mittels einer Lagerungsorthese über einen längeren Zeitraum passiv aufrechtzuerhalten (Nachtschiene). Verschiedene Konfektionsprodukte stehen zur Verfügung. Optimal erscheint eine Einstellung des oberen Sprunggelenks in einer 90°-Stellung. Wenn möglich kann sogar in eine 5°-Dorsalextensionsstellung hineingegangen werden.



Darco Night Splint



Body Armor Night Splint

Mit der Orthese «Body Armor Night Splint» geht die Firma Darco noch einen Schritt weiter. Durch eine zusätzliche 45°-Dorsalextension der Grosszehe wird die Spannung der Plantaraponeurose verstärkt und das Längsgewölbe richtet sich auf (Windlass-Mechanismus). Durch die günstige Umlenkung der Kraft über die Sesambeine ist die Dorsalextension der Grosszehe am effektivsten.

Bei Fersenschmerzen, welche durch einen Fersensporn hervorgerufen werden, helfen sog. Locheinlagen. Hierbei werden die schmerzhaften Stellen palpatorisch eruiert und danach bei der Einlagenproduktion exakt entlastet. Die Kombination von verschiedenen Materialien (Shorehärten) ermöglicht die Funktionen der Abstützung bei Fussfehlstellungen und die gleichzeitige Entlastung.

Die Ausführungen zeigen auf, dass die fuss- und unter-schenkelorthetischen Möglichkeiten zur Behandlung bei Fersenschmerz immer im Zusammenhang mit weiteren therapeutischen Ansätzen verbunden sein müssen. Mit Sicherheit kann aber festgehalten werden, dass über Fuss-orthesen häufig eine schnelle Wirkung erzielt werden kann, und der Patient seinen Alltag wieder angenehmer erlebt.



Schuheinlagen mit Fersenspornentlastung

Ansprechperson:  
 Mark Sommerhalder  
 eidg. dipl. Orthopädist  
 Mitglied der Geschäftsleitung  
 044 266 61 61  
 mark.sommerhalder@baehler.com

# Gerüstet für den Wintersport?

*Druckstellen und schmerzende Füße in den Skischuhen? Strapazierte Gelenke beim Snowboarden oder Krämpfe im Vorfuss beim Langlaufen? Bei uns finden Ihre Patientinnen und Patienten Abhilfe.*

Durch kleine Anpassungen am Skischuh-Innenschuh oder mit Masseinlagen können viele Probleme, welche im Wintersport immer wieder auftauchen, behoben werden.

## Druckstellen im Skischuh

Durch entlastende Polster am Skischuh-Innenschuh können Druckstellen, wie zum Beispiel prominente Knöchel oder seitliche Druckstellen der Metatarsalgelenke gezielt und ohne grossen Kostenaufwand nachhaltig entlastet werden. Unsere Spezialisten eruieren die genaue Druckstelle und platzieren das Druckentlastungspolster am entsprechenden Ort. Kleiner Aufwand – grosse Wirkung: endlich wieder schmerzfrei Ski fahren.



## Schmerzende Füße

Senk- und Spreizfüsse verursachen beim Wintersport immer wieder Probleme. Vorfusschmerzen, brennende Füße und Muskelverspannungen sind nur einige von ihnen. Mit Schuheinlagen nach Mass lassen sich die Füße im Ski-, Snowboard- oder auch Langlaufschuh korrekt positionieren und verhindern so die unangenehmen Nebeneffekte des Freizeitvergnügens im Schnee. Bestehende Fuss-Heizsysteme werden von uns selbstverständlich kostenlos an die neuen Einlagen angepasst.

Sollte der Kunde schon über unwirksame Skischuh-Einlagen vom Sportfachgeschäft verfügen, passen wir diese, wenn immer möglich, gegen eine kleine Aufwandsentschädigung der aktuellen Fussproblematik an.





### Instabile Gelenke

Wintersport ist eine Belastungsprobe für viele Gelenke. Sie zu stützen und zu entlasten, bevor Schmerzen und Abnützungen auftreten, ist eine gute Voraussetzung für eine lange ungetrübte Saison. Wir führen in unseren Geschäften die aktuellsten Bandagenmodelle in verschiedenen Stützstärken und Preisklassen.



Mit all diesen Möglichkeiten und einem kräftigen «Ski Heil» sollte einem ungetrübten Wintervergnügen nichts mehr im Wege stehen.

Sollte trotz all dieser guten Voraussetzung ein Sturz unausweichlich sein und eine Verletzung nach sich ziehen, bei dem ein kurzzeitiger Einsatz von Krücken oder eventuell sogar eines Rollstuhles nötig wäre, sind Ihre Patientinnen und Patienten bei uns ebenfalls an der richtigen Adresse.

### MietSERVICE von Krücken und Rollstühlen

Für diesen Fall haben wir Unterarmstützen, Achselstützen und Standardrollstühle in verschiedenen Grössen und Ausführungen am Lager, welche wir gerne mietweise abgeben.



Ansprechperson:  
*Andreas Grimm*  
 Orthopädist, Geschäftsführer  
 044 266 61 61  
[andreas.grimm@baehler.com](mailto:andreas.grimm@baehler.com)

# Unsere zwei Standorte in der Stadt Zürich wurden zusammengeführt.

Am Freitag, 27. November 2015, wurden nach 15 Jahren zum letzten Mal die Türen unseres Ladengeschäftes an der Seefeldstrasse 40 für unsere Kundschaft geöffnet. Seit dem 1. Dezember 2015 finden unsere Kundinnen und Kunden sämtliche Kompetenzen und Dienstleistungen in unserem Hauptgeschäft an der Kreuzstrasse 46 in Zürich.

Die stetig steigenden Mietpreise im Seefeldquartier in Zürich haben uns veranlasst, die Situation unseres Ladengeschäftes neu zu analysieren. Wir sind zum Schluss gekommen, dass ein Ladengeschäft in dieser Art und an diesem Standort in Zukunft nicht mehr wirtschaftlich betrieben werden kann. Aus diesem Grund haben wir sämtliche relevanten Dienstleistungen und Produkte neu unter einem Dach an der Kreuzstrasse 46 gebündelt. Das neue Konzept erlaubt eine noch schnellere und flexiblere Versorgung unserer Kunden. Mit allen Spezialisten am selben Ort werden die Wege kürzer, der gegenseitige Austausch intensiver und die Kundennähe weiter gefördert. Patientinnen und Patienten profitieren somit von noch mehr Know-how, einer noch besseren Beratung und einer noch umfassenderen Betreuung.



Die Öffnungszeiten des Hauptgeschäftes an der Kreuzstrasse 46 sind:

Montag–Freitag 7.30 Uhr–12.00 Uhr und  
13.00 Uhr–17.00 Uhr  
Samstag geschlossen

(Vorangemeldete Termine werden nach Absprache auch ausserhalb der offiziellen Öffnungszeiten durchgeführt)

Ansprechperson:  
Andreas Grimm  
Orthopädist, Geschäftsführer  
044 266 61 61  
andreas.grimm@baehler.com

# Frohe Weihnachten!

An alle Kunden, Geschäfts-Partner und Freunde unseres Hauses

Schon wieder ist ein Jahr vorüber, und Weihnachten steht vor der Tür. Es ist Zeit innezuhalten und das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen, welches mit vielen Veränderungen, Höhen und Tiefen, aber auch einigen Überraschungen wie im Fluge verging.

Das ganze Bähler-Team bedankt sich bei Ihnen für die vertrauensvolle Zusammenarbeit, die vielen angenehmen Kontakte und die wertvollen Erfahrungen, welche wir mit Ihnen im nun zu Ende gehenden Jahr machen durften.

Wir alle wünschen Ihnen und Ihren Familien ein friedvolles Weihnachtsfest und ein gesundes, erfolgreiches, glückliches neues Jahr.

Herzliche Grüsse vom gesamten Bähler-Team



Wie jedes Jahr haben wir uns auch dieses Jahr entschieden, anstelle von Geschenken, eine Organisation mit einer Spende zu unterstützen. Die Stiftung Kinderkrebsforschung Schweiz fördert ausschließlich die Forschung im Bereich Krebs bei Kindern und Jugendlichen. Durch präzisere Diagnosen, neue kindgerechte Medikamente und Therapien werden die Heilungschancen wesentlich erhöht und Langzeitschäden reduziert.



**Orthopädie Bähler AG**

**CH-8008 Zürich**  
Kreuzstrasse 46  
Tel. 044 266 61 61  
Fax 044 266 61 62  
info@baehler.com  
www.baehler.com

**CH-8180 Bülach**  
Kasernenstrasse 8  
Tel. 043 422 07 70  
Fax 043 422 07 71

**CH-8620 Wetzikon**  
Bahnhofstrasse 196  
Tel. 044 970 18 81  
Fax 044 970 18 82

**CH-9000 St. Gallen**  
Rorschacher Str. 166  
Tel. 071 245 55 54  
Fax 071 245 55 52



SVOT Mitglied des  
ASTO Schweiz. Verbandes der  
Orthopädie-Techniker