

Medieninformation, 21. Jänner 2025 , Linz

Wenn jeder Schritt schmerzt: Fersensporn richtig behandeln

Etwa zehn Prozent der Bevölkerung entwickeln Symptome eines Fersensporns, die Häufigkeit steigt mit dem Alter. Die gute Nachricht: Nur in seltenen Fällen ist eine Operation notwendig, meist reicht eine konservative Behandlung aus.

Vor allem morgens gleich nach dem Aufstehen und nach Ruhephasen spüren die Betroffenen stechende, teilweise brennende Schmerzen. Als sogenannten „unteren Fersensporn“ bezeichnet man eine Verknöcherung an der Ferse, die mittels Röntgenbild gut diagnostiziert werden kann. Die Schmerzen entstehen allerdings nicht durch diese Verknöcherung. Verantwortlich dafür: *„Eine Art Entzündung einer Sehnenplatte im Fuß die am Fersenbein ansetzt, die sogenannte Plantarfasziitis. Diese Entzündung strahlt an der Fußsohle Richtung Vorfuß und oft auch in die seitliche Fersenregion aus. Man könnte also auch eher von fußsohlenseitigem Fersenschmerz statt Fersensporn sprechen“*, so OA Dr. Dietmar Mattausch, Orthopäde am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern.

Symptome treten nur bei etwa zehn Prozent der von einem Fersensporn Betroffenen auf, bei vielen bleibt die Verknöcherung unentdeckt oder wird nur durch Zufall bei einer Röntgenuntersuchung erkannt. Treten allerdings Schmerzen auf, sind die Patient*innen in Alltag und Sport oft stark eingeschränkt. Zunächst raten die Experten zu entzündungshemmenden Schmerzmitteln und Trainingsübungen etwa für die Waden, ähnlich der Aufwärmübung vor dem Joggen. *„Die nächsten Schritte in der Behandlung sind eine Versorgung mit speziellen Schuheinlagen, Stoßwellentherapie, auch eine Eigenbluttherapie kann helfen und Heilungsreaktionen auslösen“*, sagt OA Dr. Thomas Stumpner, Orthopäde am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern. Eine Operation ist beim unteren Fersensporn nur sehr selten notwendig. *„Beim Großteil der Patient*innen legen sich die Schmerzen mit den konservativen Behandlungsmethoden innerhalb eines Jahres.“*

Etwas häufiger ist eine Operation beim sogenannten „hinteren Fersensporn“ nötig. Hier bildet sich am Ansatz der Achillessehne eine Verknöcherung. Diese Vorwölbung kann zu Druckstellen im Schuh führen, zudem kommt es zu Umbauprozessen in der Sehne – ähnlich einer Entzündungsreaktion – die wiederum Schmerzen verursacht.

„Auch beim hinteren Fersensporn erfolgt die Therapie zunächst nichtoperativ wobei zahlreiche verschiedene Behandlungsoptionen möglich sind. Allerdings sind die Erfolgsraten nichtoperativer Maßnahmen beim hinteren Fersensporn schlechter und nach 6 Monaten frustrierender Therapie ist zumeist eine Operation notwendig“, so OA Dr. Thomas Stumpner. „Wir haben die Operationsergebnisse unserer Patienten nachuntersucht und kürzlich publiziert.“

*„96 Prozent unserer Patient*innen spüren demnach eine sehr deutliche Verringerung des Schmerzes“, so OA Dr. Mattausch. Nach einer Nacht im Krankenhaus heißt es in den nächsten Wochen und Monaten: Ruhigstellung, Entlastung, Physiotherapie und Training. Viele der Betroffenen können anschließend auch wieder wie gewohnt sporteln.*

So wie Peter Gall. Der 62-jährige Ofteringer litt jahrelang unter Schmerzen. *„Ich konnte nicht mehr wandern, nicht mehr Tennis spielen, nicht mehr Skifahren. Man geht wegen der Schmerzen fast nur noch auf Zehenspitzen.“* Konservative Behandlungsmethoden brachten nicht den gewünschten Erfolg. *„Nach der OP war ich aber sofort schmerzfrei, nach drei Monaten habe ich wieder Tennis gespielt.“* Und jetzt kann Gall sogar wieder mit seiner Enkelin Marlies die Skipiste unsicher machen.

*„Die Fußchirurgie ist einer der Schwerpunkte in der Orthopädie des Ordensklinikum Linz. Am Ordensklinikum Linz bieten wir unseren Patient*innen das gesamte Spektrum der offenen und arthroskopischen Fußchirurgie“, so Primar Prof. DDr. Reinhold Ortmaier, Abteilungsleiter der Orthopädie am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern*

[Orthopädie | Ordensklinikum Linz](#)

Rückfragehinweis für Journalist*innen:

Karin Mühlberger

karin.muehlberger@ordensklinikum.at

+43 732 7676 - 2246

+43 664 8828 1533

www.ordensklinikum.at