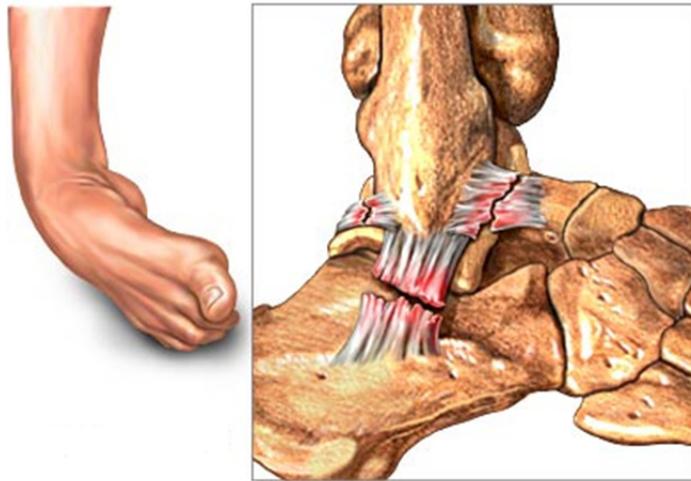


# Instabilität des oberen Sprunggelenks

---

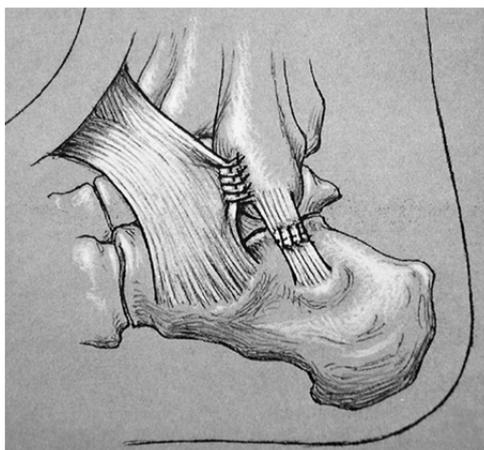
Eine Verstauchung im Bereich des oberen Sprunggelenks (OSG) mit einer Schädigung des lateralen Bandapparates gehört mit zu den häufigsten Verletzungen.



Akute Bandverletzungen können - nach Ausschluss von Begleitverletzungen - konservativ angegangen werden mittels kurzzeitiger Ruhigstellung in einer Bandage oder Schiene, allfällig gefolgt von einer gezielten stufenweisen Physiotherapie. Liegt eine Rückfussfehlstellung vor, kann eine Schuhranderrhöhung den lateralen Bandapparat entlasten.

Gelegentlich entwickelt sich trotz konservativer Massnahmen eine chronische OSG-Instabilität. Um durch diese Instabilität entstehende Scherkräfte und damit eine Abnützung der Knorpeloberfläche zu verhindern, kann eine Operation indiziert sein.

**Operation.** Bei der Operation nach Broström-Gould wird der laterale Bandapparat über einen Hautschnitt dargestellt und als erstes die verlängerten Bandanteile in ihrer ursprünglichen Spannung vernäht. Anschliessend wird eine Bindegewebshülle, welche den Fussrücken überspannt (Retinaculum extensorum inferius), als zusätzliche Verstärkung an den Aussenknöchel fixiert und die Wunde schichtweise verschlossen.



Wenn die entsprechenden Bandstrukturen fehlen, muss der laterale Bandapparat mit einer Sehne rekonstruiert werden. Als Transplantat dienen Beugesehnen an der Knieinnenseite (Semitendinosus- und/oder Gracilissehne).



Bei zusätzlich vorliegender Rückfussfehlstellung empfiehlt es sich, diese mit einem Knochenschnitt im Bereich des Fersenbeins und einer anschliessenden Schraubenfixation zu korrigieren. Der Aufsatzpunkt des Fersenbeins wird so nach aussen geschoben und damit der Bandapparat entlastet.

**Nachbehandlung.** Nach der Operation ist mit einem Spitalaufenthalt von 3-4 Tagen zu rechnen. Der Fuss wird für 6 Wochen im Unterschenkelgips mit erlaubter Vollbelastung konsequent ruhiggestellt. Unsererseits wird eine Sprechstunden-Kontrolle nach 6 Wochen durchgeführt, bei gutem Verlauf kann dann auf normales Schuhwerk übergegangen werden. Eine schrittweise Wiederaufnahme von sportlichen Tätigkeiten ist erst nach 3 Monaten möglich.