

DAS THEMA: Abendsprechstunde „Laufend Schmerzen – Wenn einen die Beine und Füße quälen“

INFO

Rat und Hilfe

◆ Die Abteilung für Geriatrie/Neurologie des Elisabeth-Krankenhauses Recklinghausen wird geleitet von Chefarzt Dr. Thomas Günnewig. E-Mail: dr.guennewig@ekonline.de  
Sekretariat: Angelika Benning-Basse, ☎ 0 23 61 / 601-286 oder ☎ 0 23 61 / 601-289  
Bürozeiten: 8 bis 17 Uhr  
E-Mail: geriatrie-neurologie@ekonline.de

◆ Die Abteilung ist für die Behandlung von Erkrankungen der zweiten Lebenshälfte spezialisiert, sodass bei einer im Ruhrgebiet einmaligen Kombination der medizinischen Fächer Geriatrie und Neurologie Krankheiten des Nervensystems unter Berücksichtigung des Alters der Patienten speziell behandelt werden. In der Abteilung werden Krankheiten des Gehirns, des Rückenmarks, der Nerven und der Muskulatur untersucht und behandelt. Darunter fallen z. B. Schlaganfälle, Hirnhautentzündungen, Parkinson, Demenzen, Bandscheibenvorfälle, Epilepsie, Muskelerkrankungen, Nervenveränderungen bei Diabetes mellitus und andere Stoffwechselerkrankungen.

◆ Die Gefäßchirurgie des Elisabeth-Krankenhauses bietet alle modernen operativen und endovaskulären Therapieverfahren von arteriellen und venösen Erkrankungen im Rahmen des Gefäßzentrums am Elisabeth-Krankenhaus an. Das Leistungsspektrum enthält Eingriffe an den supraaortalen Ästen der Bauchschlagader, den Beckengefäßen und der peripheren Bypasschirurgie.

◆ Kontakt über das Sekretariat: Heike Kosietzki, ☎ 0 23 61/601-302  
E-Mail: HGZ-gefaesschirurgie@ekonline.de

◆ Sprechstunde: Für Notfälle täglich rund um die Uhr, ansonsten mit Terminvereinbarung Mo, Mi 10 bis 12 Uhr und 13 bis 15 Uhr; Fr 10 bis 11.30 Uhr.

◆ Die Unfallchirurgie des Elisabeth-Krankenhauses wird geleitet von Chefarzt Dr. Ulrich Schneider. Kontakt: ☎ 0 23 61 / 601-254, E-Mail: ulrich.schneider@ekonline.de

◆ Sprechstunden: Für akute Notfälle und Unfälle ist die chirurgische Ambulanz ganztägig besetzt. Sprechstunde nach Terminvereinbarung: Di und Do, 9 Uhr bis 12 Uhr. Weitere Termine nach telefonischer Vereinbarung.

@ www.ekonline.de

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

@ www.gesund-im-vest.de

# Schmerzen auf den Grund gehen

Probleme mit den Beinen und den Füßen können ganz verschiedene Ursachen haben

Schmerzen im Bein können viele verschiedene Ursachen haben. Manchmal steckt nur ein Muskelkater oder eine Überlastung – etwa durch Sport – dahinter. Beinschmerzen können aber auch durch Verletzungen, Durchblutungsstörungen, Gelenkerkrankungen oder neurologische Probleme entstehen. „Laufend Schmerzen – Wenn einen die Beine und Füße quälen“ heißt deshalb auch die Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer in Kooperation mit dem Elisabeth-Krankenhaus Recklinghausen am kommenden Montag, 12. September.

Ab 18.30 Uhr werden dann gleich drei Ärzte im Fritz-Husemann-Haus (Leopoldstraße 60) in Recklinghausen-Hochlarmark den Schmerzen in den Beinen und in den Füßen auf den Grund gehen.

Um die Nerven im Allgemeinen und das „Restless legs-Syndrom“ im Speziellen kümmert sich Dr. Thomas Günnewig, Chefarzt der Geriatrie/Neurologie, am Elisabeth-Krankenhaus. Dr. Michael Pillny, Chefarzt der Gefäßchirurgie, beleuchtet die Schmerz auslösenden Venen, Christoph Holland, Oberarzt der Unfallchirurgie, widmet sich dagegen den „schmerzhaften Ballen und krummen Zehen“ (siehe weitere Artikel auf dieser Seite).

Im Bein verlaufen zahlreiche Muskeln, Sehnen, Bän-



Wer akute Probleme mit seinen Beinen oder Füßen hat, sollte sich direkt in die Behandlung beim Hausarzt oder bei einem Neurologen begeben. –FOTO: DPA

der, Nerven und Blutgefäße, die vor allem bei Verletzungen schmerzen können. Häufige Auslöser von Beinschmerzen sind zum Beispiel Gelenkbeschwerden, wie Hüft- und Knieprobleme,

Knochenbrüche, zum Beispiel durch Sportverletzungen und Unfälle oder Durchblutungsstörungen im Bein. Schmerzen im Bein können sich bei Belastung (zum Beispiel beim Auftreten oder

Treppensteigen) oder auch in Ruhestellung bemerkbar machen. Abhängig von der Ursache äußern sich Beinschmerzen beispielsweise durch plötzliche stechende Schmerzen (zum Beispiel bei einem

Achillessehnenriss), ziehende Schmerzen (z.B. bei einer Beinvenenthrombose) oder durch eine Schwellung (z.B. bei einem Muskelfaserriss).

In manchen Fällen – wie bei einer Kniegelenkentzündung – fühlt sich der schmerzhaft geschwollene Bereich außerdem besonders warm an. Oft schränken Schwellungen und Schmerzen im Bein die Beweglichkeit ein. Sind Nerven und Muskeln geschädigt, können zusätzlich Empfindungsstörungen wie Taubheit, Kribbeln oder Lähmungen auftreten.

In vielen Fällen dauern Beinschmerzen nicht besonders lange an und verschwinden von selbst, zum Beispiel wenn Muskelkater oder andere kurzzeitige Überlastungen die Ursache sind. Wenn Beinschmerzen allerdings länger anhalten, sehr stark sind oder nach einem Unfall eine Verletzung vorliegt, ist es ratsam, zeitnah einen Arzt aufsuchen. Der geht der Ursache der Beinschmerzen auf den Grund und empfiehlt eine geeignete Therapie.

INFO Im Bereich des „Restless legs-Syndroms“ gibt es übrigens seit Jahren eine Selbsthilfevereinigung. Die Adresse lautet: Deutsche Restless-legs-Vereinigung e.V., Schillerstraße 3a, 80336 München, ☎ 089-55028880

@ Weitere Informationen: www.restless-legs.org

## Humpeln – Was nun?

Die menschlichen Füße tragen das gesamte Gewicht des Körpers – tagein tagaus. Unbeschwert ist das nur möglich, wenn es im Zusammenspiel von Muskeln, Bändern und Gelenken nicht hakt.

Wer schon einmal unter schmerzenden Füßen gelitten hat, weiß, was es bedeutet, wenn aus Gehen plötzlich Humpeln wird. Die Füße, sonst ganz weit weg vom Kopf und der täglichen Aufmerksamkeit entzogen, eingepfercht in enges Schuhwerk, rücken plötzlich ins Bewusstsein und die Frage nach dem „Was nun?“ stellt sich. Einlagen, Operation, Gymnastik, Pflege?

In seinem Vortrag wird Christoph Holland, Oberarzt der Unfallchirurgie, die verschiedenen Möglichkeiten bei den unterschiedlichen Krankheitsbildern beleuchten und herausstellen.



Schmerzen im Fuß sollten möglichst schnell behandelt werden. –FOTO: DPA

## „Unruhige Beine“ belasten

Dr. Thomas Günnewig beleuchtet Restless legs-Syndrom

In Deutschland klagen zeitweilig oder dauerhaft bis zu zehn Prozent der gesamten Bevölkerung über „unruhige Beine“. Mediziner sprechen dabei vom Restless legs-Syndrom (RLS). Typischerweise treten die Beschwerden in Ruhesituationen besonders abends und in der Nacht auf. Dem RLS wird sich Dr. Thomas Günnewig in seinem Vortrag am Montag ausgiebig widmen.

Viele seiner Patienten berichten über ein Unruhe- oder ein Hitzegefühl, Kribbelbeschwerden, einen Druck oder einfach unangenehme oder schmerzhaft Gefühle, die auch in ihrer Ausprägung wechseln und längere Zeit auch ausbleiben können. Am häufigsten sind Menschen ab dem 60. Lebensjahr betroffen. Seltener findet sich dieses Krankheitsbild bei Kindern, häufiger in der Schwangerschaft (insbesondere bei Eisenmangel) und dann wieder häufiger im mittleren Lebensalter.

Bei der Hälfte der Betroffenen ist die Ursache nicht her-



Still sitzen ist beim RLS ein Problem. –FOTO: DPA

auszufinden, und die Erkrankung tritt anlagebedingt auf. Oft finden sich die Beschwerden dann auch bei weiteren Familienmitgliedern. Bei der anderen Hälfte der Betroffenen finden sich allerdings körperliche Ursachen wie Blutarmut, Eisenmangel, Schilddrüsenerkrankung, Diabetes mellitus, Parkinson, Vitaminmangel und Wirbelsäulenerkrankungen. Daher ist eine körperliche Untersu-

chung durch den Hausarzt oder durch den Neurologen immer sinnvoll. Nur bei krankhaften Auffälligkeiten bei der Untersuchung ist eine weitere technische Diagnostik erforderlich. Allerdings sollten gezielte Blutuntersuchungen durchgeführt werden, um die Ursache aufdecken zu können.

Für alle Restless legs-Betroffenen gilt jedoch, dass eine gezielte medikamentöse Therapie möglich und sinnvoll ist, insbesondere wenn wiederkehrende Schlafstörungen zu Übermüdung, Konzentrationmangel und andauerndem Stimmungstief führen.

Bei schwergradiger Krankheitsausprägung ist in selteneren Fällen auch das alltägliche Leben in seinen sozialen Aktivitäten eingeschränkt, da Theater- und Kinobesuche, langes Sitzen oder auch Restaurantbesuche zu einer Qual werden können. In solchen „erzwungenen“ Ruhesituationen können die Beinbeschwerden sehr stark werden und dann zum Umhergehen zwingen.

## Krampfadern und Schwellung

Venenschwäche ist das Thema von Dr. Michael Pillny

Als Venenschwäche oder venöse Insuffizienz wird eine gestörte Funktion der Venen bezeichnet, von der oft die Beine betroffen sind. Nach epidemiologischen Studien sind etwa zwei bis fünf Prozent der Bevölkerung in westlichen Industrieländern von der chronisch-venösen Insuffizienz betroffen. Dieser Problematik nimmt sich am Montag Dr. Michael Pillny an.

Die Erkrankung tritt bei Frauen am häufigsten zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr auf, bei Männern zwischen dem 70. und 80. Lebensjahr.

Die Funktion des Venensystems ist der Abtransport des Blutes zurück zum Herzen. Vor allem aus den Beinen

müssen die Venen das Blut gegen die Schwerkraft nach oben pumpen. Dafür sorgen die Beinmuskeln, die die Venen bei Anspannung der Muskeln zusammendrücken. Die Venenklappen verhindern wie Rückschlagventile, dass das Blut wieder zurück in die Beine fließt und dort versackt.

Schließen die Klappen nicht mehr dicht, kann das Blut in den Venen zurückfließen. Das Blut staut sich und sackt in die unteren Beinbereiche ab. Durch den höheren Druck geben die Venenwände nach, die Venen weiten sich. Das hat zur Folge, dass die Venenklappen noch schlechter schließen. Die erweiterten Venen sind schließlich als feine Besenreiser und

bei den größeren Venen als geschlängelte und bläuliche Krampfadern erkennbar. Das in den Venen versackte Blut führt außerdem dazu, dass Flüssigkeit in das umliegende Gewebe abgegeben wird. Geschwollene Beine und dicke Knöchel sind ebenfalls Anzeichen für eine Venenschwäche. Schreitet die Erkrankung weiter voran, sprechen Ärzte von einer chronisch venösen Insuffizienz (CVI).

Hauptbeschwerden sind unter anderem Besenreiser, dumpfe Schmerzen und unerträgliches Spannungsgewühl im Bein bis zu den Füßen, gerötete, nässende, schuppige Haut, verbunden mit brennendem Juckreiz oder extreme Verletzungsanfälligkeit.

ANZEIGE

**GESUND IM VEST.de**

**ABENDSPRECHSTUNDE**

# Laufend Schmerzen

**– Wenn einen die Beine und Füße quälen**

**Montag, 12. Sept. 2016, 18.30 Uhr**

**Fritz-Husemann-Haus, Leopoldstraße 60, 45661 Recklinghausen**

Moderation: **Hermann Böckmann** (Lokalchef der Redaktion Recklinghausen, Medienhaus Bauer)

**Eintritt frei!**

ELISABETH KRANKENHAUS RECKLINGHAUSEN

Telefon 0 23 61 / 601-0  
info@ekonline.de  
www.ekonline.de

**MEDIENHAUS BAUER**

**Referenten und Themen**

**Dr. Thomas Günnewig**  
Chefarzt der Geriatrie/Neurologie am Elisabeth Krankenhaus  
„Restless legs-Syndrom – Schlaflos wegen unruhiger oder schmerzender Beine?“

**Dr. Michael Pillny**  
Chefarzt der Gefäßchirurgie am Elisabeth Krankenhaus  
„Schmerzende Venen – Schmerzen in den Füßen!“

**Christoph Holland**  
Oberarzt der Unfallchirurgie am Elisabeth Krankenhaus  
„Von schmerzhaften Ballen und krummen Zehen“