

Informationen zum Skidaumen

Die häufigste Bandverletzung an der Hand ereignet sich an der Innenseite des Daumengrundgelenkes und wird „Skidaumen“ genannt.

Betroffen beim Skidaumen ist das Daumengrundgelenk (Metacarpophalangealgelenk), das den ersten Mittelhandknochen mit dem Daumen verbindet. Die enorme Beweglichkeit, hohe Stabilität und Kraft in diesem Gelenk resultiert aus dem ungestörten Zusammenspiel der gelenkstabilisierenden Sehnen, Muskeln und Bänder, besonders des äußeren (ulnaren) Seitenbandes.

Reißt bei einer Verletzung das ulnare Seitenband, resultieren zunehmende Instabilität, Funktionsverlust, Schmerz, Gelenkarthrose und langfristig Gebrauchsunfähigkeit der betroffenen Hand.

Verletzungsmechanismus

Typisch ist der Sturz auf den ausgestreckten/abgespreizten Daumen oder den im Halteband des Skistocks fixierten Daumen.

Spontanheilung?

Reißt das ulnare Seitenband am Daumengrundgelenk, kommt es hier nicht zu einer spontanen Vernarbung der Bandenden (wie an anderen Gelenken). Grund hierfür ist, dass sich zwischen die gerissenen Bandenden einer der Daumenmuskeln spannt und somit eine Vernarbung der Bandenden verhindert wird (sog. Stenereffekt).

Diagnostik

Die klinischen Beschwerden der Verletzten sind gekennzeichnet durch Schmerzen, Schwellung, Instabilität und meist einem Bluterguss seitlich am Daumengrundgelenk. Im obligat notwendigen Röntgenbild können knöcherne Bandausrisse oder Begleitbrüche der Daumen-/Mittelhandknochen dargestellt werden. In besonderen Fällen hilft die Kernspintomographie (MRT) der verletzten Region weiter.

Therapie

Ist das ulnare Seitenband nur überdehnt und besteht keine Instabilität, so erfolgt eine mehrwöchige Ruhigstellung im Gipsverband oder thermoplastischer Orthese (maßangefertigter Hülsenverband).

Liegt ein knöcherner Bandausriss vor oder ist das Daumen-Grundgelenk instabil so sollte der Bandverlauf operativ rekonstruiert werden. Hier sind, je nach individuellem Verletzungstyp verschiedene Operationstechniken etabliert. Auch nach einer Operation muss ein Gips oder eine thermoplastische Orthese für mehrere Wochen getragen werden.

Langzeitergebnisse der Behandlung

Bei fachgerechtem Vorgehen resultiert in der Regel ein funktionell gutes Ergebnis mit kräftiger und stabiler Beweglichkeit im verletzten Daumengrundgelenk.