

Die 7 wichtigsten Antworten

Schnellender Finger

Das Phänomen des schnellenden Fingers zählt in die Gruppe der Sehnenscheidenentzündungen. Es handelt sich dabei um ein sehr häufiges Krankheitsbild im Bereich der Hand, verbunden mit einem schmerzhaften Schnapp-Phänomen eines oder mehrerer Finger. Häufig ist auch der Daumen betroffen. Dr. med. Karl Schuhmann ist Facharzt für Plastische/Ästhetische Chirurgie und Handchirurgie und beantwortet die 7 wichtigsten Fragen zum schnellenden Finger.

1. Was passiert genau, wenn man von einem schnellenden Finger spricht?



Dr. med. Karl Schuhmann

Dr. med. Karl Schuhmann: Die Beugesehnen der Finger und des Daumens sind umhüllt von einer Sehnenscheide und verlaufen durch die Ringbänder. Durch entzündliche Prozesse

kann es zu Veränderungen der Sehnenscheiden und zu einer Verdickung des Gewebes kommen. Versucht man den Finger zu strecken, kommt es zu einem plötzlichen „Rucken“ des Daumens oder eines anderen Fingers. Ähnlich wie ein Klappmesser springt der betroffene Finger in die gestreckte Position. Der schnellende Finger ist auch bekannt als Ringbandstenose, Schnappfinger, Springfinger, Sehnenengpass-Syndrom oder Tendovaginitis stenosans.

2. Wie entsteht ein Schnappfinger?

Die Sehnenscheiden sind der Mantel der Beuge- und Strecksehnen an Händen und Handgelenken sowie an Füßen und



Online mehr erfahren

Exklusiv für Online-Abonnenten von **BEAUTY FORUM MEDICAL**: Wie Sie der **Erkrankung des schnellenden Fingers vorbeugen können**, verrät der Facharzt auf www.beauty-forum.com/medical. Jetzt Webcode 152901 eingeben!



Neben dem Karpaltunnelsyndrom zählt der schnellende Finger zu den zwei häufigsten Erkrankungen der Hand.

Fußgelenken. Die Sehnen wiederum sind kräftige, faserige Bänder, die die Muskulatur des Unterarmes mit den Knochen der Handwurzel, der Mittelhand und der Finger verbinden. Dieses System aus Muskeln, Sehnen und Sehnenscheiden ermöglicht das problemlose und flüssige Strecken und Beugen des Handgelenkes und der Finger.

Ein schnellender Finger entsteht durch eine Verdickung der Sehnenscheide. Die Ringbänder halten die Sehnen in Position. Während des Beugens und Streckens des Fingers gleitet die Sehne durch das Ringband hindurch. Beim schnellenden Finger oder beim Schnappdaumen kann die Sehne nicht mehr ungehindert durch das erste Ringband laufen und bleibt, aufgrund der Verdickung der Sehnenscheide, hängen. Wenn sich die Sehne vor dem Ringband verdickt, kann das Ringband nur mit viel Kraft – also schnellend – überwunden werden.

3. Wie sehen die Symptome aus und wer ist betroffen?

Symptome sind ein Schnappen des Fingers beim Beugen nach vorne sowie Schwierigkeiten, den betroffenen Finger auszustrecken. Auch kann die Erkrankung mit Schmerzen und Druckempfindlichkeit des betroffenen Fingers oder des Grundgelenks der Hand verbunden sein. Die Erkrankung trifft Frauen häufiger als Männer. Betroffen sind überwiegend Frauen im Alter über 50 Jahre. Meist ist der Daumen betroffen, gefolgt vom Mittelfinger und dann den übrigen Fingern. Durch eine Auftreibung oder Auffaserung der Sehne entsteht ein schmerzhaftes Reiben im Bereich der Sehnenscheide. Dies kann neben Schmerzen auch zu einem Schnappen führen, manchmal bleibt ein Finger „hängen“ oder wird gar vollständig blockiert. Im Endstadium der Erkrankung lässt sich der Finger nur noch mit Hilfe der anderen Hand wieder gera-

Hygiene und Schutz sind eins...

destellen. Im Bereich der Einengung ist der Finger sehr druckempfindlich. An der betroffenen Sehne kann man eine Verdickung ertasten.

4. Was sind Ursachen eines schnellenden Fingers?

Die Gründe für diese Erkrankung sind nicht völlig geklärt. Eine chronische Überlastung oder eine entzündliche Verdickung der Sehnenscheide verursachen den schnellenden Finger.

Sich ständig wiederholende Tätigkeiten, wie beispielsweise das Arbeiten mit Scheren, Schraubendreher oder anderen Werkzeug, Garten- und Hausarbeit, können zu Entzündungen an der Sehnenscheide führen.

Mögliche Ursachen können auch hormonelle Veränderungen, Gicht oder andere Stoffwechselerkrankungen sein wie beispielsweise Diabetes mellitus. Auch Systemerkrankungen wie rheumatoide Arthritis oder chronische Polyarthritis können Auslöser sein.

5. Wie häufig kommt es vor?

Pro Jahr erkranken etwa 28 von 100 000 Menschen neu an einem schnellenden Finger. Frauen sind etwa sechs Mal so häufig betroffen wie Männer. Bei Diabetikern ist die Wahrscheinlichkeit, an einem Schnappfinger zu erkranken, auf zehn Prozent erhöht.

6. Wie sieht die Behandlung aus?

Die Erkrankung des schnellenden Fingers kann konservativ oder chirurgisch behandelt werden. Je nach Phase und Schwere der Erkrankung kommen unterschiedliche Therapien zum Einsatz.

Wenn der Schnappfinger erst seit kurzem besteht, kann abgewartet werden, ob ein eventuell vorhandener Reizzustand wieder abklingt. Dies ist als Erstes durch Schonen der Hand zu erreichen. Man sollte die Hand unbedingt vor Überbeanspruchung schützen. Das bedeutet, permanente Tätigkeiten sollten für mehrere Tage vermieden werden. Am besten sollte die Hand für mehrere Tage ruhiggestellt werden.

Auch die Gabe entzündungshemmender Medikamente und das Massieren der

schmerzenden Hand und der Finger können eine Erleichterung bringen. Kühlen mit Quark-Wickel, kühlenden Tinkturen oder Cremes sowie örtliche Eis Anwendung helfen gegen die Entzündung und können so zur Schmerzlinderung beitragen.

Wenn die konservative Therapie nicht zum Erfolg führt oder die Beschwerden schon zu stark sind, sollte über eine Operation nachgedacht werden. Eine OP des schnellenden Fingers ist der am meisten durchgeführte operative Eingriff in der Handchirurgie. Während einer ambulanten Operation wird das Ringband gespalten, zusätzlich wird die verdickte Sehnenscheide entfernt. Der Eingriff wird in Lokalanästhesie durchgeführt und dauert etwa 15 Minuten. Die Patienten können sofort nach dem Eingriff wieder nach Hause gehen.

Die Hand sollte die ersten Tage über Herz-niveau gehalten werden, um Schwellungen zu vermeiden. Bereits einen Tag nach der OP kann der Patient schon mit leichten Fingerübungen zum Strecken und zum Faustschluss beginnen.

7. Welche Maßnahmen gibt es nach der OP?

Eine aufwändige Nachsorge ist in der Regel nicht erforderlich. Man sollte jedoch für die Dauer von etwa zwei Wochen den Finger nicht übermäßig belasten. Die Bewegung des Fingers ist jedoch für die Heilung wichtig. Das bedeutet, leichte Beuge- und Streckübungen sollten täglich gemacht werden. Mit diesen Übungen sollte man auch so früh wie möglich nach dem Eingriff beginnen, um störende Verklebungen oder sogar Verwachsungen der operierten Sehne vorzubeugen. Auch trägt die Fingergymnastik zu einer erneuten Kräftigung der Muskeln bei.

Die Hand sollte stets höher als der Ellenbogen gehalten werden. Nachts kann es sinnvoll sein, die Hand auf einem Kissen hoch zu lagern. 12 bis 14 Tage nach der OP können die Fäden gezogen werden. In dieser Zeit sollte man, bis zur Entfernung der Fäden, mit Schutzhülle duschen oder baden. Gegebenenfalls können Krankengymnastik und Lymphdrainage sinnvoll sein. ms

DMS-Handcreme Hautschutz für die Hände



Novrithen® für die trockene & gereizte Haut



Oleogel K/N/R für Kinder, Pflege bei Rosacea & Neurodermitis

Das dermaviduals®-System besteht aus einem umfassenden korneotherapeutischen Gesamtkonzept, insbesondere für die sensible und die Problemhaut. Wir bieten Ihnen hierzu eine umfassende Betreuung und Beratung bei der Produktauswahl und den Wirkstoffkombinationen. Besuchen Sie unsere Internetseite und nutzen Sie unser weitreichendes Text- und Videoangebot.

Dr. Hans Lautenschläger
KOKO GmbH & Co. KG
Moltkestr. 25
42799 Leichlingen
Tel. 02175-16601-0
www.dermaviduals.de