

## gegen den Babypo

ist sehr empfindlich. bekommen die Kleinen inden Po. Damit Urin die tellen nicht weiter and häufiges Windelwech-Eincremen mit Zinksalbe Nützlich ist zusätzlich as in fast jedem Haushalt en ist: schwarzer Tee. Der thaltene Nesselstoff hilft n Heilen nässender Wunden. Einfach einen Beutel in heißem Wasser stark durchziehen lassen. Ist die Flüssigkeit erkaltet, kann sie mit einem

Waschlappen oder Patiententuch aufgetragen wer-sichtig auf die betroffenen e tupfen und, wenn die mplett trocken ist, Zink-uftragen. Häufig bessert Erscheinungsbild schon l eines Tages. Ändert sich b von zwei Tagen nichts, er Kinderarzt zu Rate ge-erden. *Claudia Kook*

# Was tun bei einem Schnappfinger?

**M**ehr als 20 000 Mal bewegen wir täglich unsere Finger, schätzen Fachärzte. Ohne die reibungslose Funktion unserer Hände ginge so gut wie nichts in Job, Haushalt und Freizeit. Dass bereits der Ausfall eines Fingers zum Handicap werden kann, erlebte eine 52-jährige Floristin. Sie war in meine Sprechstunden gekommen, da sie den Mittelfinger ihrer rechten Hand nur noch mit größter Mühe ausstrecken konnte, was ihre Arbeit stark behinderte. Nach einer manuellen Untersuchung, bei der sich Knötchen ertasten ließen, stand die Diagnose fest: Sie litt unter einem sogenannten Schnappfinger. Bei dieser Erkrankung kommt es zu lokalen, knotigen Sehnenverdickungen sowie einer Einengung der betreffenden Sehnencheiden. Die Folge: Die verdickte Fingersehne bleibt an den Ringbändern hängen. Erst nach kraftvollem Ziehen löst sie sich und schlüpft ruckartig oder eben schnappartig hindurch.

Meistens tritt die Störung über dem Fingergrundgelenk auf der Handinnenseite auf. Da sehr oft der Daumen betroffen ist, wird diese Erkrankung auch als „schnellender Daumen“ bezeichnet.

### Sehne wieder befreien

Als mögliche Ursachen gelten erbliche Veranlagung, Überlastung durch ungewohnte Tätigkeiten oder Verletzungen. Aber auch Diabetes und Rheuma können Auslöser der Erkrankung sein. Erste Anzeichen sind in der Regel Steifigkeit des betroffenen Fingers am Morgen, Schmerzen und Schwellungen.

Wichtig ist der baldige Arztbesuch. Denn: je später die Behandlung, desto unbeweglicher wird

meist der Finger. Da die Erkrankung bei der 52-jährigen Patientin glücklicherweise noch im Anfangsstadium war, brachten Kortison-Spritzen bald den gewünschten Erfolg. Innerhalb weniger Wochen ging die Verdickung zurück und die Beschwerden verschwanden langsam. Ist die Erkrankung bereits weit fortgeschritten, so bleibt in der Regel nur die chirurgische Durchtrennung des Ringbands. Dieser Eingriff dauert meist nicht einmal zehn Minuten und verschafft der Sehne wieder ausreichenden Bewegungsspielraum. Zwei bis drei Wochen später ist die Hand wieder normal belastbar. Durch Fingergymnastik lässt sich einem „schnellenden Finger“ bedingt vorbeugen.

## STERNE 2.3. bis 8.3.

### ER 21.3. – 20.4.

erade ganz besonders auf tragliche Abmachungen Wert reifensfall sicherheitshalber Rat einholen.

### 21.4. – 20.5.

nzangelegenheit könnte eine Mende eintreten. Sie haben en genauen Überblick über e verschafft.

### LINGE 21.5. – 21.6.

bei so manchem sitzt das anz besonders locker! Ein Kaufverhalten kann das Bud-ins Wancken bringen.

### KREBS 22.6. – 22.7.

Sie könnten sich in eine Idee verrennen, die beim besten Willen nicht zu verwirklichen ist. Ein gut gemeinter Rat sollte darum beherzigt werden.

### LÖWE 23.7. – 23.8.

Achten Sie auf die feinen Signale: ein Lächeln, ein freundliches Wort oder ein aufrichtiger Dank ... Sonnenmomente dieser Art gibt es reichlich.

### JUNGFRAU 24.8. – 23.9.

Es lohnt sich, die Aufmerksamkeit nur auf Dinge zu richten, bei denen es in Ihrer Macht steht, sie zu ändern. Alles andere ist nur vertane Zeit.

### WAAGE 24.9. – 23.10.

Sie sollten sich jetzt vielleicht einmal an Aufgaben versuchen, die Sie ansonsten aus gutem Grund meiden. Nur Mut! Sie werden es schon schaffen.

### SKORPION 24.10. – 22.11.

Das Temperament könnte einmal wieder mit Ihnen durchgehen. Trotzdem wird Ihr Ideenreichtum eine etwas eingefahrene Beziehung nun erneut beleben.

### SCHÜTZE 23.11. – 21.12.

In einer strittigen Angelegenheit wird ein vernünftiger Vergleich erzielt, der vieles bereinigt. Es zeigt sich, dass Diplomatie Ihre Stärke ist.

### STEINBOCK 22.12. – 20.1.

Partnerschaftliche Differenzen, die sich eigentlich vermeiden ließen, nicht auch noch auf die Spitze treiben. Der Klügere sollte doch nachgeben.

### WASSERMANN 21.1. – 19.2.

Ein zu zaghaftes Vorgehen könnte am Arbeitsplatz dazu führen, dass andere schneller sind und Sie nicht das erhalten, was Sie sich erhofft haben.

### FISCHE 20.2. – 20.3.

Ein berufliches Hoch kündigt sich an und lässt eine persönliche Glanzleistung im Rampenlicht erstrahlen. Eine Folge: Die Geldknappheit nimmt ab.



### ÜBER DEN AUTOR

Dr. Martin Rinio ist leitender Facharzt für Orthopädie, Chirurgie und Unfallchirurgie der Gelenk-Klinik Gundelfingen. Ein Behandlungsschwerpunkt sind Hüftgelenk- und Endoprothesen.