

# AIRCAST®

SEIT GENERATIONEN INNOVATIV VERSORGT.

## Lassen Sie sich beflügeln

Von neuen Lösungen  
in der Therapie von  
Hallux Valgus



 DJO®



## Die Füße, unsere Flügel

---

Unsere Füße sind ein Phänomen – sie lassen uns sicher durch den Alltag schweben, tragen ein Vielfaches ihres eigenen Gewichts und sorgen auch aus höchsten Höhen für eine weiche Landung. Ermöglicht wird dies tagtäglich durch ein komplexes Zusammenspiel von Muskeln, Knochen, Sehnen und Bändern.

Der Fuß spielt also eine bedeutende Rolle in unserem Leben, denn er muss viel für uns leisten. Das gelingt leider nicht immer oder nicht ein Leben lang, sodass Fußprobleme und -schmerzen zu den häufigsten Beschwerden in Deutschland gehören.



### Gut zu wissen:

Der Fuß besteht aus 26 Knochen, nahezu 30 Gelenken sowie fast 60 Muskeln und Sehnen.



---

**Unsere Füße – sie tragen uns ein Leben lang  
und legen dabei tausende Kilometer zurück.**

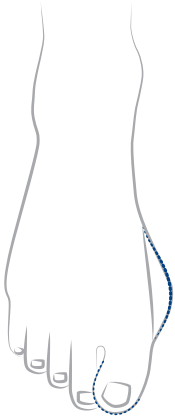


## Was ist Hallux Valgus?

Der Hallux Valgus zählt zu den häufigsten Fußfehlstellungen in der westlichen Welt. Beim Hallux Valgus – oder Ballenzeh – handelt es sich um eine oft schmerzhafte Schiefstellung der Großzehe. Aufgrund des schwächeren Bindegewebes tanzt insbesondere bei Frauen die Großzehe oft aus der Reihe. Neben dem ästhetischen Aspekt führt das nicht nur zu Problemen bei der Schuhauswahl, sondern verursacht schmerzhafte Druckstellen und Entzündungen.

Meist entwickelt sich ein Hallux Valgus als Folge eines jahrelangen Spreizfußes. Hierbei kommt es zu einer Fehlbelastung des Fußes. Diese falsche Belastung verstärkt die Fehlstellung mit der Zeit häufig. In schweren Fällen kann ein Hallux Valgus auch zu Problemen der zweiten und dritten Zehe führen.

Neben familiärer Veranlagung können auch enges und erhöhtes Schuhwerk, Bindegewebsschwäche und Übergewicht zur Entwicklung eines Hallux Valgus beitragen.



**Schmerzhaft:**  
Jede achte Person in  
Deutschland leidet unter  
Hallux Valgus

**Unansehnlich, schmerzhaft und  
unbequem: der Hallux Valgus**



## Was kann ich dagegen tun?

Je nachdem, wie fortgeschritten und ausgeprägt das Krankheitsbild ist, kommen verschiedene Therapie-möglichkeiten zum Zug.

### Leichte Formen

Bei leichten Formen, bei denen der Hallux Valgus nur selten schmerzhaft ist, empfiehlt sich eine konservative, nicht-operative Therapie. Dazu gehören spezielle Hallux-Valgus-Schienen, eine Umstellung des Schuhwerks, Einlagen und gezielte Fußgymnastik. Bei Entzündungen im Großzehengelenk wirken oft lokale Maßnahmen zur Kühlung und Abschwellung befreiend.

### Mittelschwere & schwere Formen

Bei stärker werdenden Schmerzen und dauerhaft auftretenden Ruheschmerzen ist teilweise eine Operation unumgänglich. Bei mittelschweren und schweren Formen ist häufig eine Entfernung der knöchernen Anbauten nicht ausreichend, auch eine Achsenkorrektur des ersten Mittelfußknochens ist nötig.

### Nach Operationen

Die Nachbehandlung nach einer Operation umfasst oftmals einen passenden Verbandsschuh, Lymphdrainage sowie die Entlastung des betroffenen Fußes gefolgt von mobilisierender Krankengymnastik. Auch hier sind zur Ruhigstellung und zum Schutz oft spezielle Hallux-Valgus-Schienen hilfreich.

## Was ist ein Spreizfuß?

Im Grunde ist unser Fuß eine doppelte Gewölbekonstruktion, die von Bändern und Muskeln aufrechterhalten wird. Im vorderen Bereich, zwischen der kleinen und der großen Zehe, befindet sich das Quergewölbe; zwischen Vor- und Rückfuß das Längsgewölbe. Allerdings kann es durch starke Belastungen oder Ermüdung zum Nachgeben der Fußgewölbekonstruktion kommen. Einigen Erkrankungen des Fußes, wie Senkfuß und Spreizfuß, liegt eben dieses Absinken zugrunde.



Fußform und Belastungszonen eines Normalfußes



Fußform und Belastungszonen des Spreizfußes

## Welche Probleme zwängen wir unseren Füßen noch auf?

Neben dem Hallux Valgus kann der Spreizfuß auch Deformitäten der kleinen Zehen begünstigen. Der Schneiderballen sowie Hammer- und Krallenzehen sind Fehlstellungen der kleinen Zehen. Nicht selten liegen diesen ein Spreizfuß kombiniert mit falschem Schuhwerk zugrunde. Druckstellen, Entzündungen und schmerzhafte Hornhautbildung sind die Folge.

In zu hohen oder zu engen Schuhen kann es beim Vor- und Mittelfuß zu Schmerzen und Druckstellen kommen. Ursachen für Vor- bzw. Mittelfußschmerzen können aber auch Nerveneinengungen oder Arthrose sein.

Konservative Therapie-möglichkeiten reichen von Bandagen zur Behandlung des Spreizfußes über Einlagen kombiniert mit passendem Schuhwerk bis hin zu ergonomischen Fuß- oder Zehenpolstern zum Schutz und zur Unterstützung.

# Übungen für den Alltag

Voraussetzung für gesunde und fitte Füße ist eine kräftige Fußmuskulatur. Gezielte Übungen können dabei Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit fördern. Darum haben wir Ihnen hier vier Übungen zusammengestellt – damit Sie bald wieder gut zu Fuß sind! Bitte beachten Sie auch die Hinweise Ihrer Ärzte und Physiotherapeuten.

## 1. Fußgewölbe aufrichten

Längsgewölbe erst entspannen, dann aktiv anspannen bis es sich aufrichtet. Dabei den Fußballen leicht an den Boden drücken, Zehen locker lassen.

## 2. Großzehe nach außen strecken

Zur Aktivierung der fußinnenseitigen Großzehenmuskulatur und Korrektur des Hallux-Valgus-Winkels die Großzehe von der Kleinzeh weg ziehen.

## 3. Murmeln aufheben

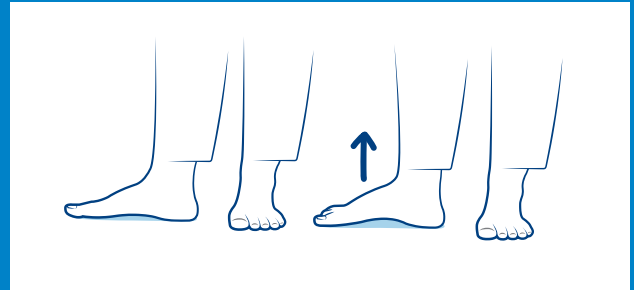
Murmeln immer abwechselnd mit beiden Füßen vom Boden aufheben und fallen lassen, zum Beispiel in eine Schüssel oder einen Becher.

## 4. Zeitung zerreißen

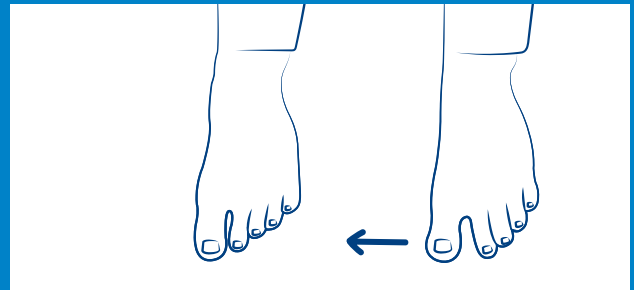
Eine Zeitungsseite auf den Boden legen und mit einem Fuß daraufstellen. Mit dem anderen Fuß die Seite greifen und zerreißen. Dann den Fuß wechseln.



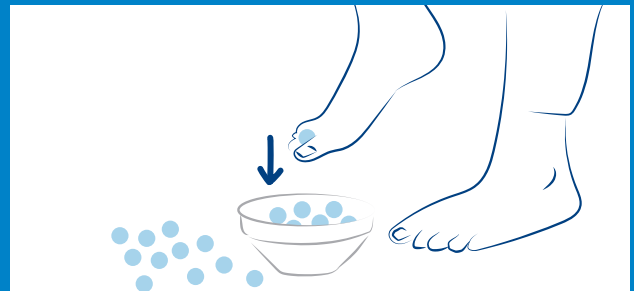
**Nachgewiesen:**  
Regelmäßige Fußübungen sind sowohl für gesunde Füße zur Vermeidung von Fußkrankungen als auch bei bereits bestehenden Fußproblemen sinnvoll.



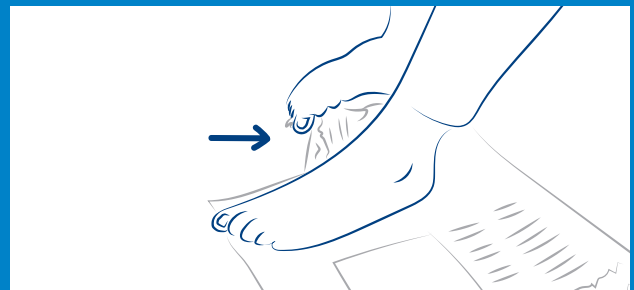
1. Fußsohlenmuskulatur aktivieren




2. Großzehe nach außen strecken



3. Murmeln aufheben



4. Zeitung zerreißen

A woman with long brown hair is sitting in a blue armchair, leaning back with her arms resting on the chair's backrest. She is smiling and looking towards the camera. She is wearing a dark blue and white patterned sandal on her right foot. A small blue butterfly is perched on her left foot. The setting is a bright, airy room with a light-colored wooden floor and a white wall. A window is visible on the left side of the frame.

# Gewinnen Sie Ihr luftig-leichtes Lebensgefühl zurück!

.....

Die AIRCAST® ActyToe™-Linie  
setzt einen neuen Standard in der  
Versorgung von Hallux Valgus.





**AIRCAST®**



## Hohe Expertise für maximale Entlastung

---

Seit Generationen versorgen die AIRCAST® Produkte Sie mit innovativen Lösungen. Mit der neuen AIRCAST® ActyToe™-Linie setzen wir nun einen neuen Standard in der Versorgung von Fußproblemen. Lassen Sie sich beflügeln von einer innovativen Produktfamilie, die Ihnen hilft wieder leichten Fußes durchs Leben zu gehen und neue Bewegungsfreude zu entfalten.





## AIRCAST® ActyToe™

---

entpuppt sich als neue Lösung bei Hallux Valgus und hilft neue Bewegungsfreude zu entfalten.



Egal ob für die Korrektur einer Großzehe, die aus der Reihe tanzt, bei einer Schädigung des Großzehengrundgelenks oder nach einer erfolgreichen Operation bei Hallux Valgus – die flexible, passgenaue Schiene mit Gelenk hilft Ihnen auf dem Weg der Besserung. So vergeht Ihre Regenerationszeit wie im Flug!

---

- + Flexibel anpassbar für Beweglichkeit oder Ruhigstellung – so wie Sie es brauchen
- + Volle Fußbeweglichkeit Tag und Nacht durch dünne, weiche Gurte und Gelenk
- + Das „Memory Foam“ Kissen nimmt Ihnen den Druck bei jedem Schritt
- + Starker Halt und stabile Aufrichtung







## AIRCAST® ActyToe™ Night

breitet schützend die Flügel aus  
und wirkt dem Hallux Valgus  
im Schlaf entgegen.



Nach einer operativen Korrektur bei Hallux Valgus kann es notwendig sein, Ihr Großzehgelenk ruhigzustellen. Weil Sie sich dabei nicht einschränken wollen gibt Ihnen die Hallux-Valgus-Korrekturorthese sicheren Halt, damit Sie in der Nacht den Kopf ausschalten können.

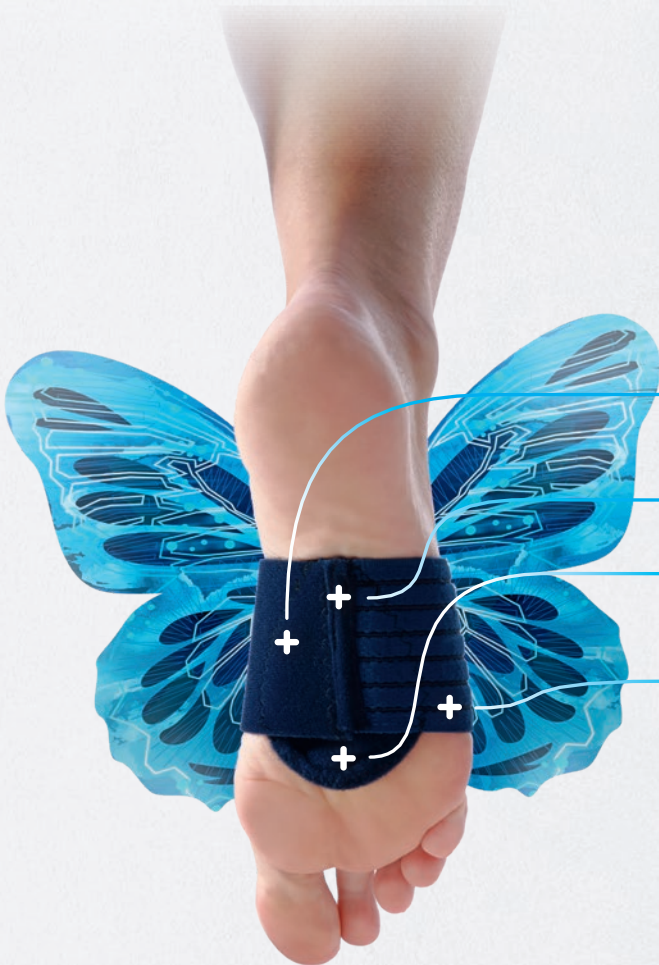
- + Sichere Ruhigstellung auch in der Nacht
- + Federweiche Entlastung dank „Memory Foam“ Kissen
- + Starker Halt und stabile Aufrichtung





## AIRCAST® ActyToe™ Lift

umschließt die Mittelfußknochen wie ein sicherer Kokon und hilft mit Leichtigkeit den Spreizfuß anzuheben.



Egal ob Spreizfuß, Belastungsschmerzen oder Bänder- und Faszienschmerzen am Fuß: Die elastische Mittelfußbandage mit Pelotte bringt Sie wieder aufwärts. Der elastische Mittelfußgurt sorgt durch Kompression für Aufrichtung und Stärke, während die Pelotte an der Fußsohle einen angenehmen Massageeffekt bewirkt.

- + Perfekte Passform für Ihren Fuß durch einstellbaren Klettgurt
- + Volle Fußbeweglichkeit Tag und Nacht
- + Angenehmer Massageeffekt auf Schritt und Tritt durch gewölbeunterstützende Pelotte
- + Auftrieb für Ihr Fußgewölbe







## AIRCAST® SofToes™

beschützen die Zehen und den Ballen sanft wie ein Flügelschlag, damit Ihre Füße wieder mühelos auftreten können.

### + Frischer Duft:

Ein dezenter Hauch von Menthol sorgt für ein besonders frisches, luftig-leichtes Lebensgefühl.



Entfalten Sie Ihre Bewegungsfreude neu! Bei Problemen im Zehen- und Vorfußbereich sind ergonomische Gelpolster bei konservativen Therapiemethoden häufig eine gute Entscheidung. Die vielseitige Bandbreite der AIRCAST® SofToes™ bringt dabei für jeden Bedarf im Zehenbereich eine passgenaue Lösung mit.

### + Passgenaue Lösungen

für jeden Bedarf im Zehenbereich.

### + Ergonomische Gelpolster

bieten sanften Schutz, weichen Komfort und sichere Unterstützung.



Weitere Informationen zum gesamten AIRCAST® SofToes™ Sortiment erhalten Sie in Ihrem Sanitätshaus.

Hammerzehenpolster (links), Vorfußkissen (mitte), Ballenschutz mit Zehenspreizer (rechts)





Endlich wieder  
unbeschwert durchs  
Leben gehen!

Eingeengte Füße waren gestern – jetzt ist die Zeit  
für mehr Freude und Leichtigkeit im Alltag

## Geben Sie Ihren Füßen mehr Freiheit

Extra leicht.

Extra breit. Extra soft.

Bei jeder Art von Fußproblemen kommt es auf die richtigen Schuhe an. Schuhe, die Ihren Füßen den erforderlichen Freiraum und gleichzeitig ein Höchstmaß an Schutz bieten, ohne schmerzhaft Druckstellen zu erzeugen.

Mit den Comfortschuhen von DR.COMFORT® ist für diese Anforderung die ideale Lösung im Anflug – im Alltag und Beruf, in der Freizeit wie auch nach Operationen. Durch ihren speziellen Aufbau sind sie die flexiblen Wegbegleiter für die AIRCAST® ActyToe™-Linie, die Aufnahme von Einlagen oder für Verbände und Bandagen.

DR.COMFORT® bietet Ihnen drei Kollektionslinien, die durch ihre Funktionalität, ihren Komfort und ihren Style überzeugen.

[www.drcomfort-schuhe.de](http://www.drcomfort-schuhe.de)



Nur Fliegen ist schöner:  
Schuhe von DR.COMFORT®



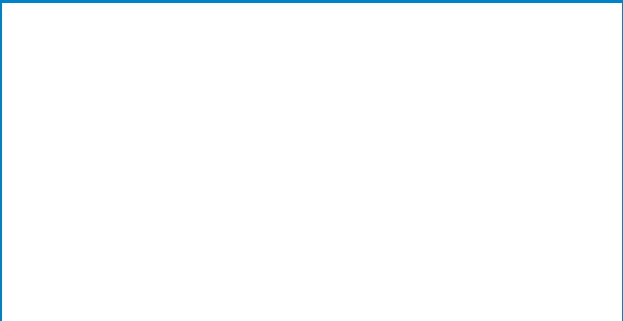
# Dr. Comfort

## Wichtiger Hinweis!

Bitte beachten Sie, dass weder die Firma DJO, LLC, noch eine seiner Tochterunternehmen eine medizinische Beratung leisten können. Die Inhalte dieser Patienteninformation stellen keine medizinische, rechtliche oder professionelle Beratung dar. Informationen zu verschiedenen Gesundheits- und Fitnesszuständen sowie medizinischen Befindlichkeiten und deren Therapie ersetzen nicht die Beratung durch einen Arzt oder andere medizinische Fachkräfte. Die Ergebnisse können individuell unterschiedlich sein. Diese Informationen dienen nicht der Diagnose eines Gesundheits- oder Fitnessproblems oder einer Erkrankung. Ob und welche Behandlung für Sie medizinisch sinnvoll ist, kann nur Ihr Arzt oder eine medizinische Fachkraft entscheiden.

Diese Broschüre enthält allgemeine Informationen zur Orientierung. Für die Richtigkeit aller Angaben kann jedoch keine Gewähr übernommen werden und es können keine Rechtsansprüche gegen die Verfasser der Broschüre oder gegen denjenigen, der die Broschüre übergeben hat, abgeleitet werden.

Stand der Informationen: Februar 2021.



AIRCAST®

ORMED GmbH | Bötzinger Straße 90 | 79111 Freiburg | Deutschland  
Tel. 0800 292 414 · orthopaedietechnik@DJOglobal.de

[www.DJOglobal.de](http://www.DJOglobal.de)