

Skidaumen (Ruptur des ulnaren Kollateralbands)

Was ist ein Skidaumen?

Der Skidaumen ist eine Bandverletzung der Hand. Der Daumen wird nach außen von der Hand weg überdehnt. Dabei reißt das kleinfingerseitige (ulnare) Band am Daumen-Grundgelenk. Diese Verletzung ziehen sich nicht nur Alpin-Skifahrer zu, sondern oft auch Ringer und Judoka.

Aufgabe des Bandes ist es, den so genannten Flaschengriff zu stabilisieren. Wäre das Band nicht vorhanden, würde der Daumen beim kraftvollen Griff nach einer Flasche oder einem Rohr nach außen wegnicken.

Wie sehen die Anzeichen für einen Skidaumen aus?

Der Daumen ist geschwollen, außerdem ist er im Daumengrundgelenk und am Daumenballen druckschmerzhaft. Die Beweglichkeit und die Kraft sind eingeschränkt. Ein spezifisches Zeichen des Skidaumens ist, dass man das Daumengrundgelenk "aufklappen" kann: Der Daumen ist nach außen hin abnorm beweglich. Nicht selten kann man im ersten Interdigitalraum einen derben Knoten tasten. Dabei handelt es sich um den proximalen Stumpf des ulnaren Kollateralbandkomplexes.

Wegen starker Schwellung und der Schmerzen ist diese Verletzung an der Sportstätte oft schwer erkennbar. Machen Sie deshalb beim Skidaumen den „Papierstreifentest“! Bei dem Test wird der Patient aufgefordert, mit gestrecktem Daumen ein Blatt Papier zwischen Daumen-Endglied und Zeigefinger-Endglied festzuhalten. Gelingt das nicht und wird kompensatorisch das Daumen-Endgelenk gebeugt, ist das ulnare Seitenband wahrscheinlich gerissen.

Wie wird der Skidaumen diagnostiziert?

Röntgenaufnahmen zeigen, ob möglicherweise ein Knochenbruch vorliegt. Neben zwei Aufnahmen aus verschiedenen Richtungen wird ggf. eine Spezialaufnahme angefertigt. Der Grad der Aufklappbarkeit gibt dabei Hinweise auf die Schwere der Verletzung.

Wie wird ein Skidaumen behandelt?

Als erstes sollten Sie den Daumen ruhig stellen und mit Eisaufgaben kühlen.

Bei einer Zerrung (Distorsion) genügt es, den Daumen in einer Schiene ruhig zu stellen.

Liegt ein kompletter Riss des Seitenbands oder ein knöcherner Ausriss vor, kann die Funktionalität des Daumens nur durch eine Operation wiederhergestellt werden. Die Ergebnisse der konservativen Therapie sind nicht befriedigend. Anschließend wird der Daumen in einer Schiene für sechs Wochen ruhig gestellt. Zwar können anhaltende Instabilitäten, die beispielsweise nach einem übersehenen Riss auftreten, mit einer Bandplastik bei mäßigen Verlust an Bewegungsumfang operiert werden. Bei Verdacht auf einen Skidaumen sollte ein Patient dennoch unbedingt in den ersten Tagen nach dem Unfall einen versierten Arzt aufsuchen. Ein Übersehen oder zu spätes Behandeln ist im Regelfall mit Nachteilen für den Patienten verbunden.

Weiterführende Literatur

Horst Rieger & Jörg Grünert, Handverletzungen beim Sport. Ursachen, Behandlung, Vorbeugung, Spitta Verlag 2003

Christoph U. Schulz, Skidaumen im Griff. Diagnostik und Therapie der ulnaren Seitenbandruptur am Daumengrundgelenk, in: Orthopädie & Rheuma 1, 2006, 38-40

Autoren

Volker Bahr, IGSF Institut für Gesundheits-System-Forschung, Kiel

eMail: mail@volker-bahr.de

Dr. Małgorzata Jakubowska, Asklepios Klinik Altona, Hamburg

eMail: mail@jakubowska.de

Datum

14. Juni 2006