

Unbegreiflich – wenn die Hand zum Problem wird

1. April 2026



Menschliche Hände sind täglich im Einsatz – meist, ohne dass ihnen Beachtung geschenkt wird. Man greift zur Zahnbürste, öffnet eine Tür, schreibt eine Nachricht, arbeitet am Computer oder bereitet das Abendessen zu. Mit ihren Händen drücken Menschen Gefühle aus, begrüßen andere mit einem Händedruck oder halten ein Kind an der Hand. Die Hand ist Werkzeug, Tastorgan und Ausdrucksmittel zugleich. Erst wenn Schmerzen auftreten oder Bewegungen nicht mehr selbstverständlich gelingen, wird einem bewusst, wie zentral ihre Funktion für den Alltag ist.

Ein hochkomplexes System

Anatomisch ist die Hand ein hochkomplexes Zusammenspiel feinsten Strukturen: 27 Knochen bilden gemeinsam mit zahlreichen Gelenken das stabile Gerüst, Sehnen übertragen die Kraft der Unterarmmuskulatur auf die Finger, Bänder sorgen für Halt, Nerven vermitteln Gefühl und steuern die Bewegung. Auf engstem Raum greifen all diese Elemente präzise ineinander. Dieses perfekt abgestimmte System ermöglicht sowohl kräftiges Zupacken als auch feinste, kontrollierte Bewegungen – etwa beim Schreiben oder Zuknöpfen eines Hemdes.

Verschiedenste Arten von Beschwerden ...

Gerät dieses Gleichgewicht aus der Balance, können Beschwerden auftreten. Häufig sind akute Verletzungen wie Knochenbrüche, Bänderrisse oder Sehnenverletzungen nach Stürzen oder Sportunfällen die Ursache. Ebenso verbreitet sind jedoch chronische Erkrankungen. Arthrose führt zu schmerzhaften Veränderungen der Gelenke, besonders häufig an den Fingern. Entzündungen der Sehnen-scheiden können schmerzhaftes Reiben oder Blockieren verursachen, die Gicht als Entzündung der Gelenke kann sich in plötzlichen, starken Schmerzen äussern. Beim sogenannten Schnappfinger bleibt ein Finger plötzlich

in Beugstellung hängen. Einengungen von Nerven – etwa beim Karpaltunnelsyndrom – äussern sich durch Kribbeln, Taubheitsgefühle oder nächtliches Einschlafen der Hand. Oft entwickeln sich diese Probleme schleichend und werden erst ernst genommen, wenn einfache Handgriffe zur Herausforderung werden.

.. und unterschiedlichste Therapieansätze

Die gute Nachricht: Nicht jede Handbeschwerde erfordert eine Operation. Viele Probleme lassen sich konservativ behandeln – mit Schonung, gezielten Übungen, Schienen, entzündungshemmenden Medikamenten oder Infiltrationen. Wenn doch ein operativer Eingriff notwendig wird, stehen heute moderne, schonende Techniken zur Verfügung. Ziel ist stets, Schmerzen zu lindern, die Beweglichkeit zu verbessern und die Funktion möglichst vollständig wiederherzustellen. Die Handchirurgie verlangt dabei höchste Präzision. Auf kleinstem Raum liegen empfindliche Strukturen dicht nebeneinander, jede Massnahme muss sorgfältig geplant werden. Ebenso wichtig wie der Eingriff selbst ist die anschliessende Nachbehandlung mit gezielter Therapie und aktiver Mitarbeit der Patienten. Denn wenn die Hand nicht mehr wie selbstverständlich funktioniert, betrifft das weit mehr als nur einzelne Finger – es betrifft die Selbstständigkeit, die Arbeitsfähigkeit und ein wichtiges Stück Lebensqualität.

Referent:

Dr. med. Edgar Gopp

Facharzt für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie sowie für Unfallchirurgie