

# Verletzung am Knöchel

**Beitrag von „Ketfesem“ vom 14. Juni 2006 10:30**

Hallo,

ich weiß, die Frage ist wirklich ziemlich off-topic, aber es wurden hier ja auch andere "medizinische" Themenerörtert...

Nun, zu meinem Problem: Vor drei Wochen hab ich mir den Knöchel verstaucht, bin aber nicht zum Arzt gegangen, weil ich dachte, dass sich das von selbst legen würde. Gestern hab ich dann einen Orthopäden aufgesucht, da ich immer noch leichte Probleme mit dem Knöchel habe; keine richtigen Schmerzen, eher so ein Ziehen. Er hat mir eine Knöchel-Orthese angelegt, die ich jetzt mindestens eine Woche tragen soll. Gestern hab ich auch durchgehalten, obwohl mir nach wenigen Stunden alles Weh getan hat. Durch das "komische" Laufen mit dieser Orthese, tut mir mittlerweile auch der andere Fuß Weh. Und im verletzten Knöchel hab ich jetzt inzwischen mehr Schmerzen als noch gestern, bevor ich zum Arzt gegangen bin. Heute früh bin ich erstmal länger ohne herumgelaufen und hab mich ganz gut gefühlt, bis ich mich wieder überwunden hab, das Ding anzulegen. Jetzt drückt wieder alles und mein Knöchel tut Weh...

Hat jemand schon Erfahrungen mit diesen Dingern gemacht? Ist es normal, dass ich mich zunächst schlechter fühle? Wird sich das noch bessern?

Im Moment hätte ich Lust, das Ding komplett wegzulegen und wieder "normal" herumzulaufen, aber dann weiß ich nicht, ob sich mein Knöchel irgendwann mal wieder normalisiert; denn nach drei Wochen müsste es eigentlich vorbei sein...