

Tipps vom Doc

Wenn man plötzlich kalte Füße bekommt ...

Heute haben wir eine Krankheitsgeschichte aus der Kategorie: klein, aber sehr nervig. Es handelt sich um das sogenannte Raynaud-Syndrom. Das Ergebnis: kalte Finger und Zehen.

Maurice Raynaud war ein französischer Arzt, der Mitte des 19. Jahrhunderts gelebt hat. Er hat dieses Krankheitsbild entdeckt, bei dem es passiert, dass man relativ plötzlich ganz blasse, fast bläuliche kalte Finger- oder Zehenspitzen bekommt, was auch sehr unangenehm ist und wehtut.

Zu diesem Phänomen kommt es, weil plötzlich die Durchblutung an den Körper-Enden falsch reguliert wird. Man unterscheidet zwischen der sehr häufigen primären Form (die betrifft vor allem Mädchen im Alter von 12 bis 15 Jahren) und der eher seltenen sekundären Form. Diese tritt oft schon bei jüngeren Kin-

dern (unter zehn Jahren) auf und ist auch sehr stark familiär gehäuft. Bei dieser Form muss man auf jeden Fall abklären, ob es sich nicht um eine Autoimmunerkrankung handelt. Dies muss also auf jeden Fall mit einem Arzt oder einer Ärztin besprochen werden.

Das typische und häufige primäre Raynaud-Syndrom bei jungen Mädchen hat dagegen keine wesentlichen körperlichen Ursachen. Außer dass es eben zu dieser Fehlregulation der Durchblutung kommt. Die Therapie ist simpel. Sie besteht darin, dass man sich wärmer anzieht (Handschuhe, ein zweites Paar Socken, etc.) Man kann zusätzlich Wechselbäder für Hände und Füße machen, um das Gefäßsystem zu trainieren. Und wenn das Krankheitsbild sehr ausgeprägt ist, kann man auch noch auf Salben oder Medikamente zurückgreifen. Dies bitte in Absprache mit Kinderärztin oder Kinderarzt.