

Besuch beim „Berchtesgadener Fußdoktor“

Für ihn ist die Podologie nicht nur ein Beruf – sie ist eine Berufung. Der Podologe Fritz Bittig hat seine eigene Berufsphilosophie und Lehre entwickelt und gibt diese mit Leidenschaft weiter. Am Standort Berchtesgaden, doch nicht nur hier, ist er längst zu einer Instanz geworden. Podologie-Autorin Christine Preiherr hat sich in seiner Praxis umgesehen.

Staubkörnchen wirbeln im Lichtkegel über der Schleifstelle. Weit kommen sie freilich nicht, denn der große Absaugtrichter schluckt sie mit unerbittlicher Sogkraft. Fritz Bittig arbeitet im Stehen, als ehemaliger Physiotherapeut achtet er auf eine ergonomische und rückenfreundliche Haltung. Trotz der leistungsstarken und von ihm selbst mitentwickelten Absauganlage trägt der Podologe eine Schutzmaske, während er die Hornhaut an den Fersen eines Patienten mit einem Diamantschleifer abträgt. Bei starken und extrem staubintensiven Schleifarbeiten wie hier benutzt er zum Schutz seiner Atemwege zusätzlich noch eine professionelle Maske, die über ein Ausatmungsventil verfügt. Masken ohne ein solches Ventil, wie viele Podologen sie verwenden, hält Bittig für sinnlos. „Die bringen doch nichts“, sagt er kopfschüttelnd.

Unverständnis gegenüber mancher podologischer Praktik

Gern und oft macht der Vollblut-Podologe seinem Unmut über so manche aus seiner Sicht unprofessionelle Praktik im podologischen Alltag Luft. Hierzu gehören zum Beispiel Fußbäder vor der Behandlung, die Bittig nicht nur als unwirtschaftlichen und zu hohen Arbeitsaufwand wie auch als nicht zeitgemäße Wasserverschwendung betrachtet, sondern die er vor allem für nutzlos hält: „Eine dicke Hornhaut lässt sich nicht durch ein Fußbad erweichen“, so der Podologe. „Außerdem vertragen sich die Ingredienzien des Fußbads oft nicht mit anschließend verwendeten Hornhauterweichern, sodass es zu Hautirritationen kommen kann.“

Unprofessionalität in der podologischen Praxis ist für den gebürtigen Pirmasenser nicht akzeptabel. Fritz Bittig hält daher solide medizinische Kenntnisse in der Podologie für unverzichtbar, soll diese ihrem Namen gerecht werden. Er selbst begann seine Laufbahn als Krankenpfleger auf einer Intensivstation und in der Ambulanz, später war er als OP-Fachpfleger und Instrumenteur tätig. Aus jener Zeit habe er noch viel medizinisches Wissen, versichert der 62-Jährige, der heute für Fachpublikationen schreibt und auf Ärztekongressen zu podologischen Themen referiert – jüngst etwa bei einem Seminar

der Gesellschaft für Haltung und Bewegungsforschung (GHBF e. V.) in München.

Podologie als Berufung

Seine Praxis befindet sich inmitten der bei Touristen so beliebten oberbayerischen Gebirgsidylle. Manchem Urlauber mit einem akuten Fußproblem hat er schon die Ferien gerettet, doch von Notfällen abgesehen sind kurzfristige Termine bei ihm aufgrund des randvollen Praxiskalenders kaum zu bekommen.

Seit 30 Jahren arbeitet Fritz Bittig in Berchtesgaden, doch nicht nur hier kennt man ihn. Als „Berchtesgadener Fußpapst“ bezeichnete ihn der ORF (Österreichischer Rundfunk) in einem Beitrag aus dem Jahr 2018 zum Thema Füße, in dem der Podologe ausführlich zu Wort kommt. Die vom Sender gewählte Betitelung verbreitete sich schnell, schon bald machte die Fach- und Regionalpresse Bittig zum „Berchtesgadener Fußdoktor“. In seine Berchtesgadener Praxis kommen vor allem langjährige Kunden, um ihre Füße seinen „heilenden Händen“ anzuvertrauen, darunter viele Prominente aus dem In- und Ausland. Das Who is Who seiner prominenten Patienten präsentiert Bittig auf einer bunten Fotowand: VIPs aus Sport, Adel und Kultur – von der Schauspielerin Magda Schneider über BOB-Weltmeisterin Suse Erdmann oder Spielern des FC Bayern bis hin zum Fürsten von Monaco und Vertretern des saudischen Königshauses – alle sind hier gemeinsam mit dem Fußprofi abgebildet. Vor allem in der Welt des Wintersports ist er als Fußexperte präsent: „In den letzten Jahrzehnten haben wir mehr als 170 Sportler podologisch versorgt“, sagt Bittig, der auch als Podologe des Deutschen Skiverbands und der Deutschen Bob-Nationalmannschaft tätig war.

Ein Gegner des Nass-Schleifens

Trotz prominenter Klientel sucht man präventiven Praxis-Chic beim „Berchtesgadener Fußdoktor“ vergebens. Fritz Bittigs Arbeitsplatz spiegelt den bodenständig-pragmatischen, auf jahrzehntelanger Erfahrung und umfassendem Wissen beru-



Vorbehandlung einer Schwielle mit einer 3V-Klinge (links), nach der Vorbehandlung (links unten) und Abtragen der Schwielle mit einem Kappenschleifer (oben)



henden Ansatz des Podologen wider. Am Empfang agiert seine Frau Brigitte, die im selben Haus ein Kosmetikstudio betreibt. Sie geleitet Patienten und Kunden in die „Werkstatt“ des Meisters, wo an diesem Morgen eine Seniorin auf die Behandlung wartet.

Wie die meisten Patienten wird auch sie geduzt, auch sie hält – wie der Großteil der Patienten – „ihrem“ Podologen seit Jahrzehnten die Treue. „Marias“ Fußprobleme sind ein Fall für den Fachmann: Eine schmerzhafte Schwielle am Fußballen, ein nicht minder schmerzhaftes Hühnerauge zwischen den Zehen sowie stark verdickte Nägel machen der 68-Jährigen das Leben schwer. Doch Fritz Bittig wird wie gewohnt Abhilfe schaffen: Mit einem kleinen Schleifer trägt er zunächst die stark verhornten Nägel ab. Dann wendet er sich der ausgeprägten Schwielle zu, die er im ersten Schritt mit Hilfe einer 3V Klinge auf die Bearbeitung mit einem Kappenschleifer vorbereitet. „Ich schnitze den Sulkus an und schabe die Haut glatt“, kommentiert er sein Vorgehen und gibt dann einen Minikursus in Sachen Schleiftechnik: „Ich schleife fast ausschließlich mit Trocken-

technik. Wasser verwende ich so gut wie nie, da Wasser sich mit dem Schleifstaub vermischt und dann weite Wege geht. Im Klartext: Es verschmutzt die Kleidung des Patienten!“

Für Bittig gehört die Nasstechnik zu den ärgerlichen, in der Podologie aber weithin üblichen Praktiken. Er jedenfalls sei ein Trockentechnik-Fanatiker, bei der Nasstechnik treffe jeder Spritzer unweigerlich Patient und Behandler. „Die Brille verpappt, die Haare sind kontaminiert. Wenn ich beim Schleifen Wasser spritze, verdicke ich außerdem das Schleifbild und kann die Richtung, in die ich schleife, nicht mehr erkennen“, so seine Sicht der Dinge.

Kürzere Behandlungszeit durch bessere Arbeitstechniken

Als die Nasstechnik vor Jahren aufkam, habe auch er sie zunächst angewandt, sich aber letztlich nur damit herumgeärgert. Dass es sich mit der Nasstechnik doppelt so schnell arbeiten lasse, wie oft behauptet, weist Bittig vehement zurück: „Blanker Unsinn! Ich habe das tausendfach widerlegt!“

Dann beginnt er, mit 25.000 Umdrehungen die Schwielle seiner Patientin zu beschleifen. Knochentrocken versteht sich, und in Rückwärtsschleiftechnik. Rückwärtsschleiftechnik? Richtig gehört! Fritz Bittig sagt, er sei ein Verfechter dieser Methode, welche er selbst weiterentwickelt habe und die interessierte Kollegen nebst anderen Techniken in seinen Workshops erlernen könnten. Einer der Vorzüge dieser Schleiftechnik sei es, dass sie die Erhitzung der Geräte ohne jeglichen Einsatz von Wasser verhindere. „Kollegen staunen immer, dass ich Geräte mit mindestens 40.000 Umdrehungen verwende und trotzdem nichts heiß wird“, freut sich Bittig und lüftet ein Stück weit das Geheimnis:

Herkömmliches Arbeiten von rechts nach links erzeuge auf der Haut Kräfte, die zur Entwicklung von Hitze führen. „Arbeite ich dagegen rückwärts tupfend, kommt es kaum zur Erwärmung.“ Einen weiteren entscheidenden Pluspunkt des Rückwärtsschleifens sieht Bittig darin, dass die Technik ein rationelles Arbeiten ermöglicht und die Behandlungsdauer signifikant verkürzt. „In der Regel brauchen Podologen viel zu lang für eine Behandlung, beispielsweise bei Hyperkeratosen. Hier schleift ein konventionell arbeitender Podologe 45 Minuten, während wir mit der Rückwärtstechnik in zehn Minuten am Ziel sind“, betont Bittig und fügt hinzu, dass überhaupt alle von ihm modifizierten Basistechniken mit einer deutlichen Zeitersparnis einhergingen, etwa die Medihaltertechnik, die Zangentechnik oder die Inkarnatortechnik. Diese und andere von ihm perfektionierte Techniken werden an podologischen Schulen nicht vermittelt, Bittig beschreibt sie jedoch umfassend in seinem „Bildatlas Podologie“ (siehe Kasten auf Seite 49).

Die Kunst, ein Hühnerauge zu entfernen

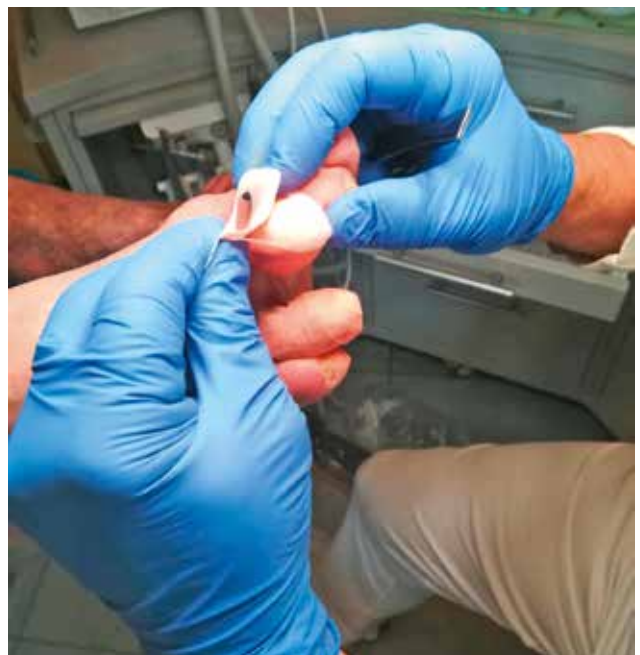
Nach dem Abtragen der Schwielle ist Bittigs Patientin sichtlich erleichtert. „Ich bin immer froh, wenn ich wieder einen Termin hier in der Praxis habe“, sagt sie, „denn die Schwielle tut weh und nach der Behandlung bin ich jedes Mal so wunderbar von meinen Schmerzen befreit!“ Bleibt noch das interdigitale Hühnerauge, dem sich der Podologe nun widmet. „Ich schnitze die Hornhaut des Clavus in Bleistifthalung ab“, erläutert er den ersten Schritt und hält dabei den Medihalter mit einer 3V Hohlmeißelklinge wie einen Bleistift, während er den Hornhautkegel des Clavus in einem Stück herauschält. Das funktioniert deshalb so gut, sagt Bittig, weil der runde Griff des Medihalters drehende Bewegungen erlaubt.

Mit einem Skalpell dagegen sei das nicht möglich, da dieses einen Flachgriff habe. Den Versuch, ein interdigitales Hühnerauge mithilfe eines Skalpells herauszuschälen, hält Bittig deshalb für einen Kunstfehler. „Die meisten Podologen schleifen ja einfach oben drüber“, sagt er. „Das Schlimmste ist aber, dass häufig Hohlfräser verwendet werden, die erstens die Arbeit in die Länge ziehen und zweitens gesunde Haut mit herausheben.“ Auch dies sei leider ein verbreiteter Handhabungsfehler in der aktuellen podologischen Lehrtechnik.

Die einzig richtige Technik ist für Bittig die von ihm selbst entwickelte: die trichterförmige Verhornung des Clavus zirkulär herausdrehen und den Clavus so in einem Stück herauszuschälen. Der Rand und die Struktur des Hühnerauges bleiben dabei bestehen, diese könne man nicht entfernen, erklärt der Fußprofi. Während er das Hühnerauge seiner Patientin behandelt, weist Bittig drauf hin, dass es mindestens elf Arten von Hühneraugen gebe und erteilt sogleich eine kleine Lektion in Sachen Clavi: Diese seien Hautgewächse, die sich akut, subakut oder chronisch entwickeln und auf ganz unterschiedliche Art entstehen können. „Manchmal genügt es schon, dass Schuhe zum falschen Zeitpunkt – also morgens – gekauft wurden. Wenn die Füße im Laufe des Tages anschwellen, kommt es zu Druck und Reibung, es entsteht eine Schwielle und schließlich ein Hühnerauge mit den bekannten Entzündungserscheinungen.“



Vorbereitung eines Apex-Verbands mit Spezialgel zur Druckentlastung (nach Bittig)



Dicht abschließender Apex-Verband an zwei Zehen nach der Entfernung eines interdigitalen Clavus. Der Verband enthält ein spezielles Polster und verbleibt 14 Tage.

Ein Hühnerauge betreffe immer mehrere Hautschichten, und nur examinierte Podologen sollten hier Hand anlegen. Absolut tabu sind nach Bittigs Ansicht Hühneraugenpflaster. Er warnt vor den darin enthaltenen Keratolytika wie Salizylsäure: Diese Pflaster verrutschen meistens, weshalb die Säure auch auf die gesunde Haut gelange und diese schädige. Außerdem quelle das Gewebe weißlich auf, für Podologen sei es dann schwierig, das eigentliche Hühnerauge zu erkennen und zu entfernen.



Ein eingespieltes Team: Fritz Bittig und seine Frau Brigitte, die in angeschlossenen Räumlichkeiten ein Kosmetikstudio führt.

Wundmanagement und Verbandstechniken

Nach der Entfernung des Hühnerauges trägt Bittig ein entzündungshemmendes Gel zur enzymatischen Wundreinigung auf und legt der stark verdrehten Zehe seiner Patientin einen Spezialverband an. Dieser von ihm entwickelte, die Zehenkuppe schützende Apexverband – zwei im 45-Grad-Winkel gegenläufig gedrehte Kreuze – bietet nicht nur Reibungsschutz, sondern dichtet auch perfekt ab. Dadurch wird verhindert, dass das 2nd Skin-Gel herausläuft, das Bittig abschließend zur Druckentlastung verwendet. „Es geht darum, Druck zu absorbieren“, sagt der Fußprofi, „ich arbeite deshalb mit diesem Gel, das wie ein Polster fungiert und sich gut bewährt hat.“ Verbandstechniken, insbesondere Spezialverbände im Rahmen des Wundmanagements, gehören zu Bittigs Domänen. Im „Handbuch für medizinische Fußpflege“ schreibt Fritz Bittig zum Thema „Spezialverbände“ (Haug Verlag, ISBN 978-3-8304-7569-9, 296 Seiten, 422 Abbildungen, kostenfrei zu bestellen über www.fachbuchdirekt.de). Sein Know-how gibt er auch gerne in Seminaren und Workshops weiter: „Nicht nur Kollegen, auch Ärzte aus aller Welt bilden sich bei mir fort“, erzählt der „Fußdokter“ voller Stolz.

EIN ATLAS VOLLER BILDER AUS DER PODOLOGIE

Die erste Ausgabe dieses für jeden Podologen unentbehrlichen Grundlagenwerks erschien im Jahre 2001, damals noch mit dem Titel „Bildatlas der medizinischen Fußpflege“. Da sich das Berufsbild der medizinischen Fußpflege seither stark gewandelt hat, wurde die 2017 bereits in vierter Auflage erschienene (und sogar ins Koreanische übersetzte) Ausgabe grundlegend aktualisiert und dem modernen Profil des Podologen-Berufes angepasst. Das 208 Seiten starke und hervorragend bebilderte Kompendium widmet sich allen in der podologischen Praxis relevanten Problemen der Füße, Fußhaut und Nägel sowie internistischen Erkrankungen wie Diabetes oder arterieller Verschlusskrankheit auf eine praxisnahe, gut verständliche und medizinisch kompetente Weise.

Beeindruckend ist insbesondere das Bildmaterial: Nicht weniger als 711 Abbildungen illustrieren anschaulich die Ausführungen des Autors und Podologen Fritz Bittig zum jeweiligen Krankheitsbild. Bittig gibt zu jedem Symptom eine allgemeine Einführung, welcher kompakte Kapitel zu Ursachen und begünstigenden Faktoren sowie zur Behandlung folgen, flankiert von detailliert beschriebenen Beispielen aus der Praxis. „Befund, Behandlung, Prophylaxe“ lautet der Untertitel des Bildatlas – diesem Motto wird das Lehrbuch in vollem Umfang gerecht.

Jeder Podologin/jedem Podologen stellt es eine wertvolle Hilfe im Praxisalltag zur Seite, die bei der Diagnostik von Erkrankungen am Fuß unterstützt und die Beurteilung von Symptomen sowie die Wahl der richtigen Behandlung erleichtert. Was ist zu tun? Welches Instrument sollte eingesetzt werden, welche Schleiftechnik ist die beste? Kann ich den Clavus mit einem Skalpell



Fritz Bittig:
Bildatlas Podologie. 4., überarbeitete Auflage 2017, 208 Seiten, 711 Abbildungen, gebunden, ISBN 978-3132205611, 74,99 Euro
Kostenfrei zu beziehen:
 📖 www.fachbuchdirekt.de

entfernen? Welche Verbandstechnik ist im jeweiligen Fall angezeigt? In Bildserien werden viele professionelle und rationelle Arbeitstechniken Schritt für Schritt nachvollziehbar gemacht. Auch die Vorher-Nachher-Dokumentation anhand eindrucksvoller, teils noch nie veröffentlichter Fotos vereinfacht es für Podologen, den Lehrstoff umzusetzen und den Weg vom Krankheitsbild zur Behandlung und Heilung zu verstehen. Besondere Schwerpunkte und neu in die vierte Auflage aufgenommen sind die Themen:

- podologische Arbeitstechniken bei der Entfernung von Fremdkörpern
- Wundmanagement bei diabetischem Fußsyndrom
- Neurodermitis
- Deformitäten bei Kinderfüßen
- Behandlungsfehler in der podologischen und ärztlichen Praxis.

Schmerzen zu nehmen ist oberstes Ziel

Bittigs Patientin Maria ist nun nach der Behandlung schmerzfrei und vollkommen zufrieden, jetzt bekommt sie noch einen Kurztermin zur Kontrolle in fünf Tagen. Auch „ihr“ Podologe ist zufrieden: „Mein Bestreben ist es, dass meine Patienten, die ja oft mit sehr starken Schmerzen kommen, die Praxis schmerzfrei verlassen.“ Dies gilt auch für den jungen Mann, der jetzt zur Behandlung kommt und den Bittig schon seit einiger Zeit betreut. „Ich leide an genetisch bedingten Rollnägeln“, erzählt der etwa 30-Jährige. „Diese Schmerzen kann man sich kaum vorstellen, wenn man sie nicht selbst kennt! Schon das Anziehen dünner Socken ist eine Qual!“ Auch diesem Patienten hat Fritz Bittig die Lebensfreude zurückgegeben: Die Behandlung



Eine der zahllosen Danksagungen von Bittigs Patienten

mit einem Nagelkorrektursystem aus UV-gehärtetem Kunststoff hat sehr gut geholfen, sodass der Patient heute schmerzfrei ist. „Dieses Nagelkorrektursystem bedarf einer gewissen Erfahrung beim Anbringen“, betont Fritz Bittig. „Sein Vorteil ist jedoch, dass man es am Nagel selbst verändern und die Zugkräfte beeinflussen kann, ohne es abnehmen zu müssen. Es wächst einfach mit dem Nagel mit.“ Bittig bedauert, dass an den Podologie-Schulen meist nur ein einziges System gelehrt werde, obwohl aktuell rund 20 verschiedene Nagelkorrektursysteme in der professionellen Anwendung seien – eine klare Kritik an der Podologen-Ausbildung in Deutschland.

Die richtige Technik bei eingewachsenem Nagel

Bittigs letzte Patientin an diesem Vormittag ist ein junges Mädchen, das zum ersten Mal in die Praxis kommt. Wegen eines eingewachsenen Nagels war die 19-Jährige vor Wochen operiert worden, seither quälen sie starke Schmerzen. Keiner der Ärzte, die sie konsultiert hatte, konnte der jungen Frau helfen. Da sei nichts zu machen, hieß es lapidar. Fritz Bittig fragt, wo auf einer Schmerzskala von eins bis zehn die junge Frau ihre Schmerzen ansiedeln würde. „Bei zehn“, sagt sie ohne zu überlegen. Nach



Verstanden sich prima: Podologe Fritz Bittig und podologie-Autorin Christine Preiherr

einer kurzen Untersuchung des Zehs hat Bittig den Übeltäter identifiziert: Ein übersehenes Restnagelstück steckt noch im Nagelfalz. „Ein klarer Kunstfehler des Operators!“ stellt Bittig fest und macht sich gleich an die Arbeit. Mittels seiner Inkarnatortechnik entfernt der „Fußdokter“ den Nagelsplitter, schon unmittelbar danach sinkt der Schmerzpegel der jungen Frau von „zehn“ auf Stufe „sechs“. Überglücklich verlässt sie die Praxis, nachdem noch eine Kontrolle in wenigen Tagen vereinbart wurde.

Auch Fritz Bittig ist glücklich, dass er helfen konnte. Die Inkarnatortechnik, so erklärt er, sei die Methode der Wahl bei eingewachsenem Nagel. Auch diese Technik hat er vervollkommen. In seinem „Bildatlas Podologie“ heißt es dazu: „Die Anwendung dieses genialen Instruments hat der Autor perfektioniert und zum unentbehrlichen Partner für den Podologen bei schmerzhaft eingewachsenen Zehennägeln gemacht. Der Inkarnator sieht aus wie ein kleiner, feiner Meißel mit einem runden Klingenthaler. Dieser ermöglicht eine exakte Bearbeitung der Nagelplatte, so können schmerzlos Restnagelrudimente entfernt werden.“

Korrespondenzadresse:

Christine Preiherr, Fachjournalistin
Blutenburgstraße 19, 80636 München
preiherr@t-online.de

Haben auch Sie einen besonderen beruflichen Weg beschritten? Schreiben Sie uns unter doro_kammerer@web.de