



Kann Botox als Schmerzmittel eingesetzt werden, um länger in High Heels laufen zu können? Ganz so einfach ist es nicht.
Getty Images

Publiziert 16. November 2022, 16:09

BEAUTY-TREND

Stiletto-Fans spritzen sich Botox in die Füße

In den USA ist Botox in den Füßen gerade der letzte Schrei. Dort bekämpft das Nervengift statt Falten allerdings Schmerzen – von High Heels. Eine Ärztin verrät, was hinter dem skurrilen Trend steckt.



von **Malin Mueller**

Botox ist ganz schön vielseitig: Neben der Faltenbehandlung kommt es auch bei Zähneknirschen und Kopfschmerzen zum Einsatz. Es kann gegen übermässiges Schwitzen verwendet werden und offenbar auch, um **während einer langen Autofahrt die Pipi-Pause hinauszuzögern**. Der letzte Schrei in den USA: Botox in den Füßen gegen High-Heel-Schmerzen. Wir haben mit Dr. med. Inja Allemann, Fachärztin für plastische, rekonstruktive und ästhetische Chirurgie, Dermatologie und Venerologie und Inhaberin der Zürcher Praxis [Rivr](#), über den verrückten Trend gesprochen.



Dr. med. Inja Allemann ist Fachärztin für plastische, rekonstruktive und ästhetische Chirurgie, Dermatologie und Venerologie und Inhaberin der Zürcher Praxis Rivr.

Frau Allemann, Botox gegen High-Heel-Schmerzen – geht das nicht zu weit?

Ganz so simpel ist es nicht. Das Botox wird nicht gegen die Schmerzen durch die High Heels eingesetzt, sondern bei der sogenannten plantaren Fasziitis, einer Entzündung der Sehnenplatte der Fusssohle. Sie kann unter anderem durch häufiges Tragen von High Heels ausgelöst werden, muss aber nicht daher kommen.

Wie kann Botox da helfen?

Es wird in eine Faszie des betroffenen Fusses injiziert und lähmt dort die angrenzenden Muskeln. Dadurch wird ein Neurotransmitter, der für die Übermittlung des Schmerzes zuständig ist, ausser Gefecht gesetzt.

Dann hilft es nur gegen die Symptome?

Nicht ganz. In diesem Bereich wirkt das Botox zusätzlich entzündungshemmend. Dadurch können neben den Schmerzen auch Schwellungen und Rötungen zurückgehen. In Verbindung mit Dehnungsübungen kann die Injektion eine sinnvolle Alternative zur herkömmlichen Behandlung mit Steroiden darstellen. Die High Heels sollte man ab da aber öfter mal im Schrank lassen.

Würden Sie auch präventiv Botox spritzen, damit eine Patientin oder ein Patient länger in Heels durchhält?

Nein, das würde ich nicht machen.

Wie denkst du über Botox-Behandlungen?

Ich finde, es ist eine gute Möglichkeit, um gegen Falten und Schmerzen vorzugehen, und ist gut erforscht.

Gegen Falten finde ich es okay, für Schmerzen würde ich aber etwas anderes wählen.

Gegen Beschwerden wie starkes Schwitzen und Schmerzen finde ich es okay, sonst unnötig.

Ich möchte nichts mit Botox zu tun haben.

Dazu habe ich keine Meinung. Das müssen alle selber wissen.

766 Abstimmungen

Wie sieht es mit Nebenwirkungen aus?

Botox kann Nebenwirkungen haben – in der Regel sind diese aber leicht und vorübergehend. Bei manchen Menschen treten Schwellungen, Rötungen oder Druckempfindlichkeit an der Injektionsstelle auf, die nach kurzer Zeit zurückgehen.

Wie lange hält die Wirkung an?

Ergebnisse spürt man innerhalb von 24 bis 48 Stunden. Die Wirkung selbst kann bis zu vier Monate anhalten, danach müsste man nachspritzen.

Wie viel kostet die Behandlung?

Pro Injektion belaufen sich die Kosten auf 800 Franken – in vielen Fällen reicht eine Spritze aus. Die Krankenkassen übernehmen allerdings üblicherweise keine Kosten für eine Behandlung mit Botox.

Ist sie auch in der Schweiz bereits gefragt?

Ich selbst habe bisher noch keine solche Anfrage erhalten, spritze Botox aber durchaus nicht nur zur Faltenbehandlung.

Wie ist dein Geheimtipp, um länger in Heels laufen zu können? Teile ihn mit uns!