



Patientinformation

Hallux rigidus



Ortho Center
Skåne

Hallux rigidus

Hallux rigidus betyder "stel stortå", vilket oftast innebär artros (ledförslitning) i stortåns grundled. Artros innebär att det brosk som normalt täcker benytorna i stortåleden har skadats och blivit tunnare. Vid svår artros saknas brosket helt, så att benet ligger bart. Detta ger besvär med smärta och försämrad rörlighet. Det bildas benpålagringar på ovansidan av stortåleden som hindrar tån att röra sig normalt.

Hallux rigidus drabbar oftast män och i ungefär hälften av fallen har det uppkommit på grund av tidigare trauma. I övriga fall tror man att ärftligheten har stor betydelse och då har man ofta besvär på båda fötterna.

Diagnostik

Diagnosen Hallux rigidus ställs i första hand genom en läkarundersökning som kompletteras med röntgenundersökning.

Operation

Operationen utförs vanligtvis i lokalbedövning. Vid operationen används en blodtrycksmanschett som sätts ovanför fotleden och blåses upp. Därmed hindras blodet från att komma ned i foten, vilket underlättar vid själva operationen. Du kan känna ett visst obehag i början.

Operationen kan genomföras på flera sätt beroende på hur mycket som är slitet i leden samt i vilken ålder man befinner sig. Ibland räcker det med att man tar bort lite pålagringar (cheilectomi), ibland utförs en benförskjutning med minimal förkortning av mellanfotsbenet (Youngswicks operation) och i vissa fall måste en steloperation av stortåleden (artrodes) utföras.

Cheilectomi innebär att man lägger ett snitt intill stortåns led. Efter det att leden har öppnats och inspekterats graden av broskskador mejslar man av det utskjutande benet som har gett upphov till knölen som trycker i skon.

Youngswicks operation innebär att man förkortar mellanfotsbenet och skapar mer utrymme i leden. På så sätt kan man få bättre rörlighet och mindre smärta.

Steloperation utav stortåns grundled innebär att man tar bort ledbrosket i leden och fäster benen mot varandra. Tanken är att en stelopererad led inte ska göra ont. Efter denna operation har man någon form av gips i några veckor.

Efter operation

Om man har gjort en cheilectomi eller Youngswick-operation får du belasta på foten i princip omgående efter operationen. Om man har gjort en steloperation av stortåleden kommer du att ha någon form av gips i 6-8 veckor. Läkaren bestämmer om du får belasta i gipset eller inte.

Vid hemresan efter operationen får du inte köra bil. För att minska smärtan efter operationen får du med dig recept på smärtstillande mediciner. Om du har ett gips på foten kan du få ett recept på blodförtunnande sprutor för att förbygga blodpropp.

Beroende på ingrepp och vilket arbete du har blir du sjukskriven. Läkningstiden efter operationen är lång. Det tar ofta upp till ett år innan man kan utvärdera resultatet av operationen.

Att ta dig hem efter operationen

Som nyopererad får du inte gå, cykla eller köra bil eftersom du kan vara påverkad av de mediciner som du fått i samband med din operation. Lämpligast är att någon anhörig eller annan närstående hämtar dig eller att du tar taxi.

Komma igång efter operation

Det är normalt att känna smärta de första dygnet efter operationen. Du får recept på smärtstillande läkemedel och innan hemgång får du råd av personalen hur du ska ta dessa.

De första dagarna efter operationen ska du hålla foten högt för att minska risken för svullnad och blödning, därmed underlättas sårhäkningen. Oftast lägger sig svullnaden inom någon månad, men i enstaka fall kan en viss svullnad kvarstå i upp till 1 år efter operationen och det kan ta 2 - 6 månader innan du är smärtfri.

Vid cheilektomi och Youngswicks operation:

Från tredje dagen ska du rörelseträna stortån genom att: 1. Dra tån uppåt mot fotryggen. 2. Stå på hela trampdynan, gå upp på tå på den opererade foten och lägg försiktigt tyngden på framfoten.

Upprepa vardera övningen 10 gånger morgon och kväll.

Har du frågor eller känner dig orolig för något kontakta Orthocenter.

Undvik att den opererade foten blir blöt när du duschar. Du kan använda en duschstrumpa som köps på apoteket eller en vanlig plastpåse. Det viktigaste är att det är tätt.

Återbesök

Efter cheilektomi eller Youngswicks operation får du en tid till Orthocenter efter några dagar för att byta förbandet. Därefter skall du komma igång med övningarna som nämndes ovan. Stygnen tas bort vid ett besök på Orthocenter eller hos distriktssköterskan 2-3 veckor efter operationen. Ifall du går till Vårdcentralen, kontakta själv distriktssköterskan i god tid.

Vid artrodes får du ett sköterskebesök efter 2-3 veckor till Orthocenter för att ta bort stygnen och byta gips.

Efter samtliga operationsmetoder får du ett planerat återbesök till din operatör 6-8 veckor efter operationen. Vid steloperation tar man oftast en röntgenkontroll då.

Eftervård

När förbandet är borttaget - tvätta och smörj foten men undvik varma bad av foten de första veckorna efter att förbandet tagits av då den annars svullnar lätt. Massera det opererade området med mjukgörande kräm den första veckan.

Förberedelser inför operation

Har du kryckor så ta med de till sjukhuset. Det kan vara fördelaktigt att använda kryckor de första dagarna så länge du har ont och har svårt att gå på den opererade foten.

Kvalitetsarbete

På Orthocenter är vi mycket måna om den höga kvaliteten på de operationer vi utför. För att följa hur det går för våra patienter deltar vi i flera nationella kvalitetsregister. För fotoperationer finns det i nuläget två olika register:

<https://fot.registercentrum.se/>

<http://www.swedankle.se/>

I samband med operationen kommer vi be dig att fylla i ett frågeformulär. Detta är av stort värde för oss!

Ortho Center Skåne

GHP Ortho Center har sedan tidigare kliniker i Stockholm och Göteborg. Hösten 2010 öppnade GHP Ortho Center Skåne som bygger vidare på idén att bäst resultat nås i ett specialiserat center med omsorgsfullt utvald personal, hög tillgänglighet och noggrann eftervård. Det är vård utan kompromisser.

Kliniken har fyra mottagningsrum och en rehabavdelning med sjukgymnaster/fysioterapeuter.



Operationer utförs hos oss i Lund. Vi har valt ut läkare med hög specialisering och betydande erfarenhet så att vi alltid kan erbjuda en ledande expert på just ditt problem.



Som exempel kan nämnas att våra tre knäkirurger tillsammans har gjort mer än 3000 främre korsbands- knäligamentrekonstruktioner.



Vi bidrar med medicinskt stöd till Malmös elitlag inom fotboll, ishockey och handboll men även till en rad andra föreningar/organisationer såsom;



FC Rosengård, LB07, Östersund FK, MAI, IFK Växjö, Karlskrona HK, Landskrona BOIS, Vittsjö GIK, Kristianstad DFF, Trelleborgs FF, Malbas, Sveriges Hopplandslag, Gymnastiklandslaget, SOK/Paralympier, Thaiboxningslandslaget, Friidrottslandslaget, Östers IF, Mjällby AIF, Mörrum Hockey, Helsingborgs IF, Kalmar FF, Eos Lund, IK Pantern



Vi är stolta över att kunna erbjuda behandling när det passar dig, oftast får du tid att träffa en specialist på just ditt problem inom några dagar. Vi har specialister på alla idrotts- och förslitningsskador. De flesta patienter går sedan vidare till sjukgymnast/fysioterapeut som ger anpassad behandling och utformar ett individuellt träningsprogram, vid behov i samråd med läkare. Inte sällan behövs även ytterligare utredning med röntgen eller magnetkameraundersökning (MR/MRT/MRI) som ett komplement till den kliniska undersökningen. Ortho Center Skåne samarbetar i första hand med Unilabs Malmö Arena Röntgen och Ellenbogens röntgenklinik. Man får i regel snabb tillgång till dessa tjänster, vad gäller röntgen ofta samma dag.

Ortho Center Skåne