

Patientinformation
Plattfothet

Ortho & Spine Center
Skåne

Plattfotskirurgi

Bakfotskirurgi innefattar kirurgi i bakre delen av foten inklusive fotleden. Kirurgi som utförs här är omfattande och kräver ofta långvarig rehabilitering samt minst 5 men oftast upp till 12 veckors gips- eller ortostid.

Plattfot

Förvärvad plattfot beror i de flesta fall på att tibialis posterior, en kraftig sena på insidan av foten som normalt stöder hålfoten, går av eller blir förlängd. Detta medför att hålfoten plattas ut och sjunker ner.

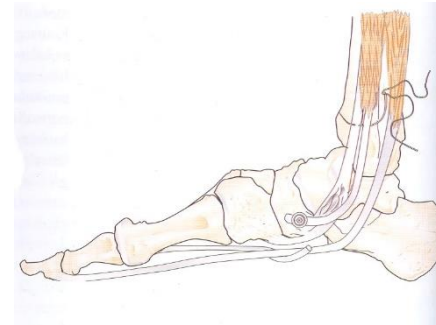
Hälen blir snedställd, och man kan inte längre komma upp på tå på den drabbade foten. I lättare fall kan man med hjälp av rätt fysioterapi och inlägg minska besvären, men med påtagliga besvär kan operation bli aktuellt.

Operationen innebär en förflyttning av hälen, som sågas av och fixeras i ett nytt läge, för att igen stå rakt under benet och inte utåtvinklad. En sena förflyttas sedan för att kompensera för den icke fungerande tibialis posterior. I vissa fall görs dessutom en steloperation i en liten led i mellanfoten för att stabilisera fotvalvet längre fram i foten. I de fall där det behövs förlängs hälsenan.

Efter operationen har man ett gips i 5-6 veckor, men ibland upp till 12 veckor. I de flesta fall får man inte belasta på foten de första 2-3 veckorna. Efter avgipsningen krävs en lång rehabilitering med fysioterapi.

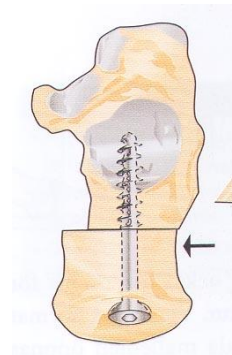


Plattfotfelställning bakifrån



Senförflyttning

Hälförflyttning



Efter operation

Alla som opereras i bakfoten får blodförtunnande sprutor i minst 10 dagar. På operationsdagen ges förebyggande behandling med antibiotika. Efter operationen får du börja träna på att hoppa med kryckor. Smärtorna är värst första dygnet och minskar sedan successivt. Smärtlindring ges efter behov och recept på smärtstillande läkemedel fås i samband med utskrivning. Återbesök planeras efter 2-3 veckor på Orthocenter för att ta bort stygnen och byta gips. Efter ca 6 veckor planeras ett läkarbesök där man även tar en röntgenkontroll. I vissa fall önskar vi röntgenundersökning utan gips, och i så fall måste du först komma till Orthocenter för att plocka bort gipset, sedan gå till Unilabs för din röntgentid och därefter komma tillbaka till Orthocenter. Utan steloperation i mellanfotsleden är den totala gipstiden ca 6 veckor och tiden man inte får belasta på foten 2-3 veckor. Ifall man tillägger en steloperation i mellanfotsleden förlängs gipstiden till 10 veckor, och man får belasta foten först efter 5-6 veckor. Rehabiliteringstiden är 12 månader. Inlägg borde användas 1 år efter operationen.

Förberedelser inför operation

När man inte får belasta sin opererade fot medför det många gånger svårighet att klara sig i det vardagliga livet.

Tänk igenom hur det blir när du kommer hem från sjukhuset och skall klara dig på ett ben i stället för två. Hoppa med kryckor och känn efter hur långt du orkar hoppa och om du klarar att ta dig uppför och nedför trappor.

Om man inte klarar hoppa med kryckor finns det andra hjälpmedel, till exempel betastöd som är mer stabila. Erfarenhetsmässigt vet vi att de flesta klarar att hoppa korta sträckor med kryckor/betastöd, men att man ofta behöver en rullstol för längre förflyttningar vid t ex

Ortho & Spine Center
Skåne

återbesöken till sjukhuset. Kontrollera om du kan sätta dig/resa dig från toaletten på ett ben, kanske behövs armstöd för att du ska känna dig trygg? Vid duschsituationen behövs någon form av stol/pall/badkarsbräda att sitta på.

De hjälpmedel du kommer behöva efter operationen skall du skaffa innan du opereras.

Listan nedan är de vanligaste förekommande hjälpmedlen som brukar kunna behövas efter din operation. Läs igenom och fundera vad just du behöver.

- Rullstol med vinkelställbart benstöd och hälbånd på den sidan som ska opereras.
- 2 kryckor alternativt 1 betastöd.
- Armstöd till toaletten (ev förhöjning om toalettstolen är låg).
- Duschstol/badkarsbräda.

Ta med dig rullstol och kryckor till operationen!

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!