



Artroskirurgi fot - steloperation

Ortho & Spine Center
Skåne

Artroskirurgi fot - steloperation

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.

Artros i fot och fotled

Orsaken till artros i foten är i de flesta fallen oklar och det finns inget tydligt svar. En stor andel av patienterna har dock varit med om en eller flera skador tidigare i livet. Det är vanligt att smärtorna och rörelseinskränkningen är succesiv, ofta under flera år. En del har dock full rörlighet och bara smärta. Eftersom foten har många olika leder så kan symptomen bli väldigt olika.

Vid artros i bakre eller mellersta delen av foten har man ofta tydlig smärta vid belastning. Ibland känner man sig stel, främst på morgonen eller efter en stunds vila.

Vid misstanke om artros är det i första hand viktigt att ställa rätt diagnos och att man som patient får tydlig information. De flesta är nöjda när de vet hur de ska handskas med diagnosen, hur prognosen ser ut och hur man ska förhålla sig.

Icke kirurgisk behandling

De behandlingar som kan vara aktuella är bland annat olika typer av inlägg, bandage, anpassning av skor, fysioterapi. Ibland är det effektivt med livsstilsändringar så som att träna mer och rätt.

Enklare receptfria läkemedel kan behövas emellanåt. Man brukar dock avråda från regelbunden behandling med morfinliknande preparat. Ibland kan det vara aktuellt med injektioner av kortison i de drabbade lederna. Detta brukar dock ha en övergående effekt.

Operation

Operation vid artros i foten innebär oftast att man stelopererar den drabbade leden. Det är ett mycket effektivt sätt att minska smärtan. Eftersom foten har flera leder så blir man sällan så stel som de flesta patienter förväntar sig. Din kirurg kommer upplysa dig väl angående detta om det blir aktuellt.

Vid operationen tar man bort allt kvarvarande ledbrosk, ruggar upp benytorna och fixerar de olika benen mot varandra med skruvar och metallplattor.

Efter operationen har man ett gips 10–12 veckor. I de flesta fall får man inte belasta på foten de första 6–7 veckorna.



Steloperation av fotled med plattfixation

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

Ortho & Spine Center
Skåne

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.

Gipstiden är 10–12 veckor och tiden man inte får belasta på foten är oftast 6–7 veckor. Efter avgipsningen krävs en lång rehabilitering med fysioterapi. Rehabiliteringstiden är oftast upp till 12 månader.

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 att 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. 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 hälband 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!