

# Information till dig som ska opereras för hallux valgus, artros i stortå eller hammartår med mera

Aleris Elisabethsjukhuset

Hallux valgus innebär snedställning av stortån och knöl på insidan vid stortåleden. Artros kallas hallux rigidus och ger stelhet, smärta, värk och knöl vid stortåbasen. Det händer att hallux valgus och artros förväxlas. Hammartår innebär krökta tår så att mitten av tån slår i skotaket och spetsen av tån tar mot underlaget. Alla dessa tillstånd kan opereras.

## Inför mottagningsbesöket

Läs igenom den information du fått inför mottagningsbesöket. Fyll i den blå hälsodeklarationen. Tänk efter vilka problem du har, vad du vill ha hjälp med och om dina besvär behöver operation. Var beredd på att läkaren kan bedöma att du bör avstå operation.

## Metoder

### Hallux valgus

Operation innebär oftast så kallad chevron - osteotomi. Detta innebär att benet intill stortån sågas av, förskjuts och vanligtvis fixeras med en skruv. Du får belasta med hela din vikt direkt efter operationen men bör undvika att lägga över hela kroppsvikten på stortån under 3-4 veckor. Det behövs inget gips, inga kryckor och för den som har lättare arbete och har möjlighet att lägga upp foten på en pall kan sjukskrivningen ofta hållas kort, ca 2 dagar-2 veckor. Ofta är transporten till arbetsplatsen det begränsande då du avråds från bilkörning. Vid tyngre arbetsuppgifter och gående/stående arbete blir sjukskrivningen vanligtvis kring 6-10 veckor.

### Hallux rigidus (artros)

Det finns flera operationsmetoder beroende på graden av artros.

#### *Steloperation för hallux rigidus*

Vid steloperation (artrodes) av leden skruvas ledytorna ihop med målet att få dem att växa ihop till ett enda ben. Under läkningstiden på 8 veckor får du belasta med hela din vikt men skall undvika att lägga över kroppsvikten på stortån.

Det behövs inget gips, inga kryckor och för den som har lättare arbete kan sjukskrivningen ofta hållas kort, ca 2 dagar-2 veckor om du är beredd på att arbeta med en del smärta och har möjlighet att lägga upp foten på en pall. Ofta är transporten till arbetsplatsen det begränsande då du avråds från bilkörning.

Vid tyngre arbetsuppgifter och gående/stående arbete blir sjukskrivningen vanligtvis kring 8-12 veckor.

#### *Cheilektomi (exostosavmejsling) för hallux rigidus*

Kan användas vid mindre avancerad artros. Innebär att man tar bort benpålagringar/knölar och även en del av ledytan. Detta ökar rörligheten och minskar smärtan. För att bibehålla den ökade

rörligheten måste leden hållas mjuk genom tånjning vilket är smärtsamt. Det behövs inget gips, inga kryckor och för den som har lättare arbete och har möjlighet att lägga upp foten på en pall kan sjukskrivningen ofta hållas kort, ca 2 dagar-2 veckor. Ofta är transporten till arbetsplatsen det begränsande då du avråds från bilkörning.

Vid tyngre arbetsuppgifter och gående/stående arbete blir sjukskrivningen vanligtvis kring 6-10 veckor.

#### *Youngswick-osteotomi för hallux rigidus*

Detta är en variant på chevron-osteotomin. Se ovan under "hallux valgus".

### Hammartå

Hammartår opereras vanligtvis genom steloperation av en av tåns leder (proximala interfalangealeden). Ibland behöver detta kompletteras med korrektion av senor eller ledkapsel. För att tån skall läka rak används ett tunt metallstift som sticker ut genom toppen på tån i 5 veckor. Du får belasta med full vikt direkt efter operationen men får inte rulla fram vikten på tårna då detta kan böja eller lossa stiftet. Du får en speciell toffel som skyddar foten och som har plats för bandaget och stiftet.

Det behövs inget gips, inga kryckor och för den som har lättare arbete och har möjlighet att lägga upp foten på en pall kan sjukskrivningen ofta hållas kort, ca 2 dagar-2 veckor. Ofta är transporten till arbetsplatsen det begränsande då du avråds från bilkörning.

Vid tyngre arbetsuppgifter och gående/stående arbete blir sjukskrivningen vanligtvis kring 5-6 veckor.

### Efter operation

Direkt efter operation får du kaffe/te/ juice och smörgås. Du förses med en speciell toffel som rymmer bandaget och skyddar foten. Bandaget kontrolleras och byts vid behov.

Du får en skriftlig sammanfattning av vad du skall tänka på efter hemgång, såsom medicinering, borttagning av stygn och återbesök

Smärtan är som värst under de första 2-3 dygnen och klingar sedan av gradvis. Ta Alvedon och vid behov den starkare smärtlindrande medicin som förskrivits. Högläge (foten högre än höften) minskar smärta och svullnad. Vi rekommenderar högläge så mycket som praktiskt möjligt under den första veckan.

Bandaget bör om möjligt sitta kvar fram till att stygnen tas bort, vanligtvis 2 veckor. Om det lossnar eller blir blött, byt ut det. Tag gärna hjälp av din distriktssköterska på vårdcentralen.

### Hemresa

Du får inte köra bil själv hem från operation då lugnande narkotiska medel kan ha givits vid operation och foten är i bandage. Inte heller bör du åka allmänna färdmedel. Ordna helst bilskjuts. Tänk över hur du kan lägga foten högt under resan, exempelvis på tvären i baksätet eller på en kudde mellan framsätena.

### Komplikationer

Vid misstanke om komplikation; ta kontakt med oss för rådgivning.

Måndag-fredag förmiddag telefon 018-18 88 09.

Kvällar/nätter vårdavdelningen telefon 018-18 88 03.