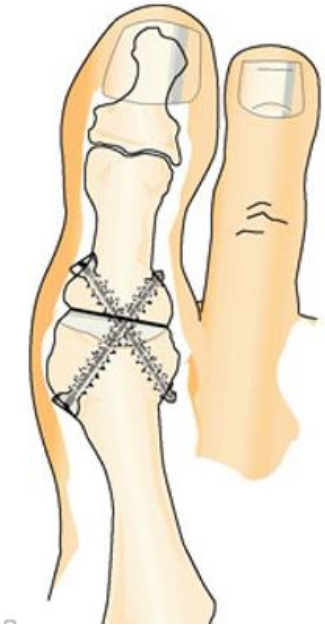
VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Patientinformation

Stortåartrodes

Steloperation i stortåns grundled - mottagningsoperation

Varför stortåartrodes?



Den vanligaste orsaken är artros i stortåns grundled är en obalans mellan uppbyggnad och nedbrytning av ledens brosk, vilket leder till dåligt brosk och inflammation. Många gånger blir man uttalat stel i leden så kallad hallux rigidus. Andra orsaker är uttalad hallux valgus med bred framfot och stor felställning av stortån.

Vid reumatisk sjukdom är steloperation första handsval vid operation av hallux valgus.

Operation

Besök och operation tar cirka två timmar. Vid denna operation får man en fotblockad, det vill säga lokalbedövning i foten i samband med operationen.

Under ingreppet stängs blodflödet av i foten med hjälp av en blodtrycksmanschett. Vid operationen tas ledyta, knölen på insidan foten samt benpålagringar bort. Sedan stelopereras leden med två korslagda skruvar.

Du får en framfotsgips som innefattar stortå och framfoten, häl och fotled blir fria.

Rökning

Vid all form av en fotoperation är det viktigt att sluta röka. Det är viktigt för cirkulationen och för att ben och hud ska kunna läka. Det minskar risken för infektion. Du ska hålla upp med rökningen sex veckor innan och sex veckor efter operationen. Om du behöver hjälp att sluta röka be om remiss till rökavvänjningssköterska.

Efter operationen

Du får inte ska köra bil hem själv utan helst sitta i baksätet med foten i högläge.

Håll foten högt för att undvika svullnad. Bedövningen du fått i foten går ut efter tre till tolv timmar. Därefter ska du påbörja träning enligt program Artrodes.

Belastning

Första sex till åtta veckorna ska du endast belasta på hälen i specialsko som du får på uppvakningsavdelningen.

Kryckor tar du med till operationsavdelningen som du hämtat ut på din vårdcentral eller hjälpmedelscentral.

Smärtlindring

Du tar Paracetamol till exempel Alvedon (rekommenderad dos enligt förpackning) den första tiden efter operationen. Ytterligare smärtlindring erhåller du information om före hemgång. Kraftig smärta kan tala för att gipset sitter för hårt.

Prova i första hand att sitta med foten högt och få ned svullnaden. Vid behov kontaktar du sköterska på ortopedkliniken.

På kvällar och helger ska du kontakta sjukvårdsrådgivningen/1177.

Hygien

Använd en plastpåse över förbandet alternativt duschstrumpa som kan köpas på apoteket över förbandet i samband med dusch. Du kan duscha som vanligt dagen efter att hudstygnen och gipset tagits bort.

Återbesök till gipstekniker

Besöket sker två till tre veckor efter operationen. Då tas stygnen bort, operationssåret inspekteras och du erhåller nytt gips.

Återbesök till läkare

Läkarbesök sker efter sex till åtta veckor. Då görs en röntgen utan gips innan du träffar läkare. Beroende på läkningen i artrodesen bestäms nu om du får belasta fritt på foten eller om det behövs några veckor till i gips.

Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden efter ingreppet varierar beroende på vilken typ av arbete du har. Oftast mellan två och åtta veckor.

Operationsresultat

Vid steloperation försvinner rörligheten helt i grundleden men man klarar sig förvånansvärt bra ändå, med rörligheten som finns i mellanfot och fotled. Ledsjukdomen är bortopererad och återkommer inte. Smärtan i leden försvinner. Foten svullnar i tre till sex månader efter operationen. Efter operationen kan du inte springa längre eller gå i högklackat. Det finns risk för känselnedsättning i operationsärr och ut på tån.

Kontakta oss

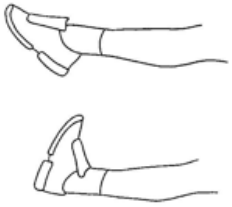
Vid avbokning eller frågor innan operation ring 010-435 39 00, knappval 4, val 2 måndag-torsdag kl. 07.30-14.00. På grund av operationsverksamhet kan vi inte svara direkt. Lämna personnummer och telefonnummer, så ringer vi upp under dagen.

Övningar

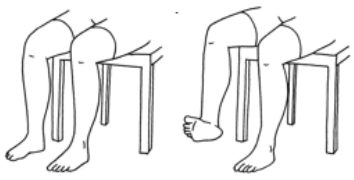
Utför i lugnt tempo med fokus på rörelseuttag.

Utför programmet tre till fyra gånger om dagen med 10-15 repetitioner på varje övning.

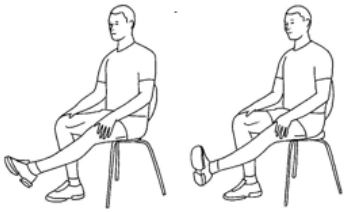
Under de första fem veckorna ska du inte belasta framfoten, utan i stället belasta på hälen.



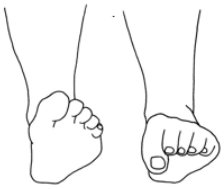
Plantar- och dorsalflexion i vrist
Sätt eller ligg ner. Böj och sträck vristen maximalt.



Inversion/eversion ankel
Sitt på en stol och låt foten hänga fritt i luften. Rör på ankeln genom att vända fotslutan inåt och utåt.



Fotcirklar
Sitt på en stol. Sträck ut det ena benet och gör cirklar med foten.



Knyt foten
Sitt på en stol. Knyt fötterna på samma vis som du knyter händerna. Slappna av och knyt växelvis.