

Patientinformation

Hammartå

Dagkirurgi

Vid hammartå kröker sig en eller flera tår i sina småleder och liknar en hammare. Det gör att skon skaver mot tåns ovansida och det bildar ofta en ömmande förhårdnad som kallas liktorn. Ofta förekommer en krokig andra tå samtidigt med en hallux valgus.

Operation

Det vanligaste är lokalbedövning i foten, en fotblockad, i samband med operationen. Man kan också få en ischiadicusblockad, det vill säga en nervblockad i benet alternativt spinalbedövning (ryggbedövning). Under ingreppet stängs blodflödet av i foten med hjälp av en blodtrycksmanschett.

Det finns flera operationsmetoder vid hammartå och vilken metod som används bestäms framförallt av om tån ligger ur led i tåns grundled och om tån lägger sig ned vid tryck under framtrampet. Enklaste varianten är att senorna under tån tas av eller att en del av skelettet tas bort. Vanligast är att man gör en steloperation av tåns första led. Då tas en del av skelettet bort, tån fixeras med ett metallstift som sticker ut i toppen av tån. Detta kombineras ibland med en mjukdelslösning i tåns grundled.

Ett tredje alternativ är en mjukdelsoperation i tåns grundled, där sträcksenan sys mot böjsenan, skelettet kortas och fettkudden läggs tillbaka under trampdynan. På så vis minskar belastningen på benet i framfoten. Även här fixeras tån med ett metallstift som sticker ut ur tån.

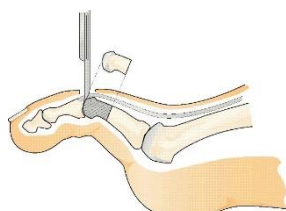


©Jessica Larsson



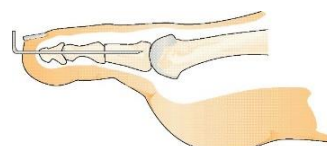
Figur 1

En del av leden sågas bort och det blir en slinkled



Figur 2

Leden stelopereras och fixeras med utstickande stift i sex veckor.



Rökning

Vid all form av fotoperation är det viktigt att sluta röka. Det är viktigt för cirkulationen, för att ben och hud ska kunna läka samt minska risken för infektion. Du **ska hålla upp med rökningen sex veckor innan och sex veckor efter operationen**. Om du behöver hjälp att sluta röka kan du be om remiss till rökavvänjningsköterska på din vårdcentral.

Efter operationen

Du åker hem samma dag som operationen. Du får inte köra bil hem själv, utan behöver ordna någon som kan hämta dig. Håll foten högt för att undvika svullnad. Bedövningen du fått i foten går ut efter cirka tre till tolv timmar. Du får ett förband på foten som kan sitta kvar tills du tar bort stygnen. Det är viktigt att du rör foten så fort som möjligt, följ träningsprogrammet i det här häftet.

Belastning

Du får belasta foten så mycket smärtan tillåter **i skon**, som du får med dig från uppvakningsavdelningen. Du får inte belasta foten med frånskjut av steget och får därför inte gå utan skon. Du kan därför behöva kryckor. Kontakta fysioterapeut i primärvården i god tid före operationen för utprovning av dessa. Kom ihåg att ta med kryckorna till sjukhuset på operationsdagen! Efter 5–6 veckor tillåts full belastning på hela foten, i hela steget.

Hygien

Du kan duscha efter operationen men det är viktigt att förbandet hålls torrt. Använd en plastpåse eller dusch över förbandet vid dusch. Duschstrumpa kan du köpa på apoteket eller ortopedmottagningen. Efter stiftan är dragna ska man skydda foten med plastpåse/duschstrumpa vid dusch under ytterligare fem till sju dagar för att undvika infektion.

Sjukskrivning

Du blir oftast sjukskriven mellan två och sex veckor, beroende på vilket arbete du har.

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 förbandet sitter för hårt. Ta då av lindan som sitter ytterst och lätta på trycket. Innanför finns ett förband som du låter sitta kvar. Vid behov kontaktar du sköterska på ortopedkliniken. På kvällar och helger ska du kontakta sjukvårdsrådgivningen/1177.

Kontroll av såret hos distriktssköterska

Det mjuka bandaget ska sitta fram tills stygnen tas bort två till tre veckor efter operationen, hos distriktssköterskan. Det finns alltid en risk för sårinfektion efter operation. Om du misstänker detta vänder du dig till ortopedmottagningen eller din distriktssköterska för sårkontroll.

Återbesök till läkare

Cirka fem veckor efter operationen tas stiften bort på mottagningen. Det krävs normalt ingen bedövning för detta.

Angående patientavgifter i samband med vårdkontakter

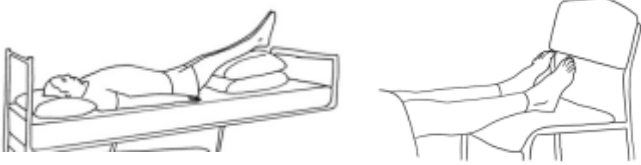

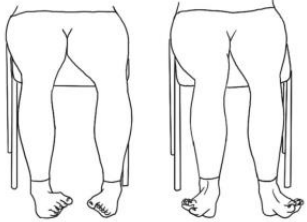
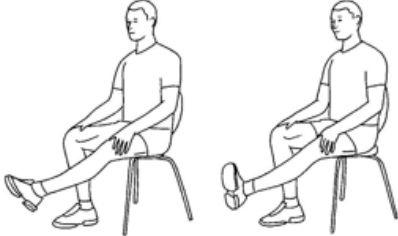
Ortopedkliniken följer Västra Götalandsregionens regler kring patientavgifter. Du kan läsa vad ditt besök kostar på 1177.

Operationsresultat

Man får räkna med att tån blir något kortare efter operation. Svullnad kan kvarstå i flera månader och tån blir ibland inte helt smal igen. Slutresultatet blir oftast bra med en rak tå som inte ger skobesvär. Om man har besvär av en hallux valgus samtidigt, kan båda operationerna göras vid samma tillfälle.

Träningsprogram 1

Gör programmet **3-5 gånger per dag fram till stiften dragits**. Gör övningarna i ett **lugnt tempo** och var noga med att ta ut rörelsen **så långt det går**.

	<p>Högläge Vila med foten i högläge ofta den första tiden efter operationen för att minska smärta och svullnad.</p>
	<p>Böj och sträck foten Sitt eller ligg ner. Böj och sträck vristen maximalt. Upprepa 10–20 gånger</p>
	<p>Inversion/eversion ankel Sitt som på bilden eller ligg ner med raka ben. Vrid fotsulan inåt resp. utåt. Tänk på att hålla knät och höften stilla så att rörelsen bara sker i foten. Upprepa 10–20 gånger</p>
	<p>Fotcirklar Sitt som på bilden. Sträck ut det ena benet och gör cirklar med foten. Kan också göras i liggande. Upprepa 10–20 gånger</p> <p>Kontakta fysioterapeut på hemorten vid behov av fortsatt hjälp med rehab efter stiftet tagits bort</p>

Kvalitetsregister

Nationella kvalitetsregister används för att utveckla och stärka vårdens kvalitet. Du kommer att ingå i ett register och ditt deltagande kan hjälpa till att förbättra vården. Dina personuppgifter skyddas av sekretess i kvalitetsregister, på samma vis som din journal. Meddela sjuksköterska eller läkare om du inte vill delta i det nationella kvalitetsregistret.

Kontakt

Ortopedkliniken Uddevalla sjukhus/NÄL

Telefonnummer 010-435 39 00

Du ringer upp och blir anvisad en tid när vi ringer upp dig.

Knappval 1 (Sekreterare)

Telefontid, läkare, intyg, recept

Öppet måndag-torsdag 7.30-14.00, fredag 7.30-11.30

Knappval 2 (Sjuksköterska)

Medicinsk rådgivning, ombokning av återbesök, sjukreseintyg.

Öppet måndag-torsdag 7.30-14.00, fredag 7.30-11.30

Knappval 3 (Sekreterare)

Remissbesök, väntetider, av- och ombokning av remissbesök.

Öppet måndag-fredag 7.30-11.30

Knappval 4 (Sjuksköterska)

Planerad operation

Öppet mån-tors 07.30-14.00

Innehållsansvariga

Sinan Abdulla, överläkare

Johanna Juhlin, specialistfysioterapeut

Jessica Larsson, medicinsk sekreterare