

Patientinformation

Tibialis posterior – Smärtsam plattfothet

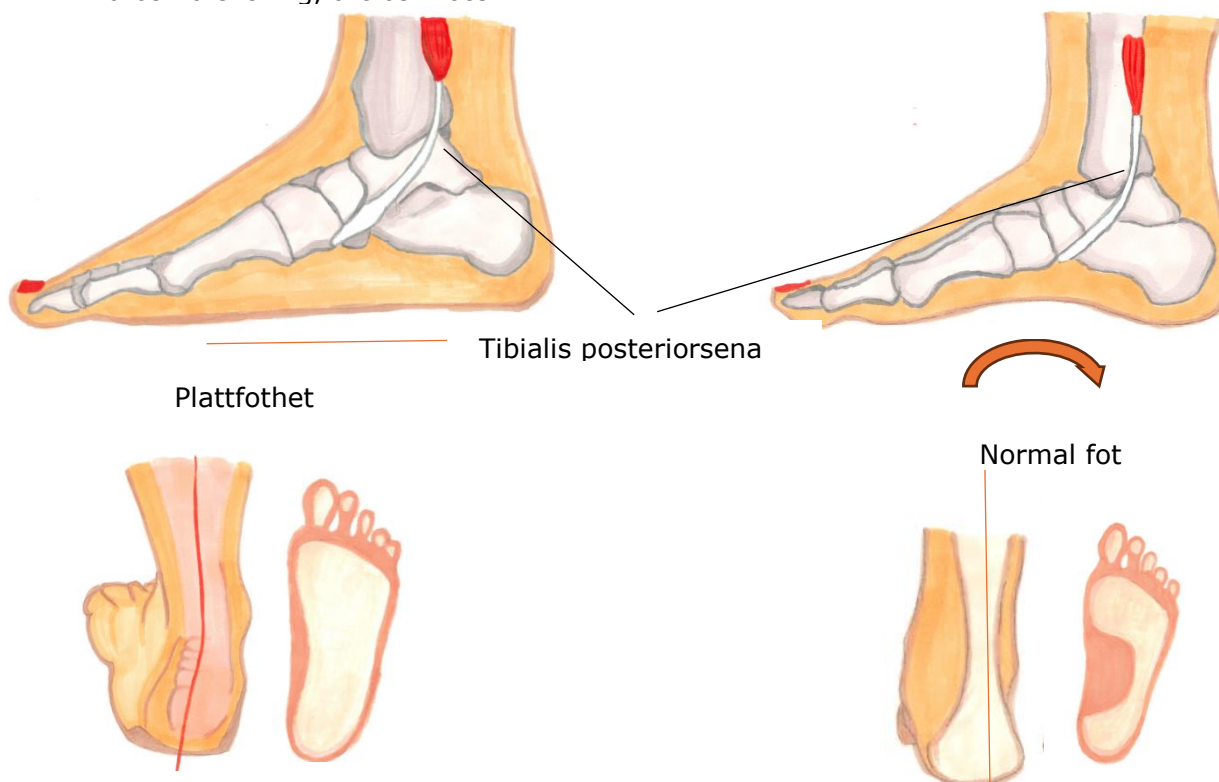
Dagkirurgi

Tibialis posterior

Sjuklig, smärtsam plattfothet drabbar oftast medelålders eller äldre personer och oftare kvinnor. De med reumatiska och neurologiska sjukdomar är överrepresenterade. Det finns flera medfödda orsaker till plattfothet. Man kan också vara plattfotad utan att ha några besvär.

Symtom

De vanligaste symtomen är belastningssmärta och olika grader av felställning. Besvären börjar på fotens insida och övergår senare även till fotens utsida när plattfothet blivit uttalad. Med tiden stelnar foten i ett snett läge och resulterar ofta i broskförslitning, artros i foten.



©Jessica Larsson

Före operation, diagnostik

Utredningen startar alltid med en belastad röntgen. Ibland kompletteras utredningen med en skiktröntgen eller magnetkameraundersökning.

Behandling utan operation

Man börjar alltid behandlingen utan operation.

Fysioterapi med träning för att stärka fotens muskulatur och balans.

- Ortopediska hjälpmedel (skor, inlägg och bandage)
- Värktabletter och/eller antiinflammatoriska läkemedel.
- Avlastning med käpp eller krycka.

Om inte ovanstående behandling hjälper kan man överväga operation.

Operation

Mindre och rörlig felställning opereras med ledbevarande skelettingrepp och förstärkning av senor. Större felställningar ofta i kombination med broskförslitning kräver någon form av steloperation. Val av metod sker i samråd mellan patient och kirurg. Vanligtvis stannar man kvar någon natt efter operationen.

Hjälpmedel

Om du har problem att klara dig hemma med att ta dig och ur säng, upp och ner toalett/stol, tvätta dig eller klä på dig ska du ta kontakt med din arbetsterapeut, biståndsbedömare på din vårdcentral för operationen. Då kan du få hjälpmedel du kan tänkas behöva efter din operation, exempelvis toalettförhöjning, duschpall, rollator, kryckor, betastöd eller transportrullstol. Om du tror dig behöva hjälp i hemmet och inte har anhöriga, kontakta biståndsbedömare på din vårdcentral.

Rökning

Vid all form av operation 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 rökavvänjningsköterska.

Efter operation

På operationsavdelningen får du en gips. Du får en sula under gipset som är avtagbar. På grund av svullnad i foten kan gipset trycka och göra ont, lägg i första hand då upp foten i högläge men om smärtan inte minskar ska du kontakta din mottagning. Om gipset skaver så det känns som skavsår kontaktar du mottagningen på dagtid för ställningstagande till gipsbyte. Mot slutet av gipstiden sitter gipset lösare, det spelar oftast ingen roll.

Gipstiden kan variera beroende på vilken sorts operation.

- Ledbevarande kirurgi ungefär sex veckor.
- Steloperation, gips och eller ortos ungefär 10–12 veckor.

Belastning

Man får vanligtvis belasta till smärtgränsen direkt efter operationen. Detta avgörs av operatören.

Hygien

Håll gipset torrt och rent. Använd gärna en plastpåse eller duschstrumpa över gipset i samband med dusch. Du kan köpa duschstrumpa på apoteket eller ortopedmottagningen. Du kan duscha som vanligt efter att hudstygnen och gipsskenan tagits bort.

Sjukskrivning

Längden på sjukskrivningen varierar beroende på typ av ingrepp och vilket slags arbete man har. Oftast behöves minst två veckors vila. Vid tungt, stående arbete krävs oftast 3–4 månaders sjukskrivning.

Smärtlindring

Behöver av smärtlindring varierar och är individuellt. De flesta patienter har en smärtkateter och får en god smärtlindring direkt efter operationen. Fortsatt smärtlindring består av en kombination av läkemedel som minskas och bara tas vid behov efter några dagar. Recept på värktabletter skrivs ut och hämtas ut på apotek. Oftast kan man fortsätta med sin vanliga medicinering, vid tveksamhet fråga din läkare.

Svullnad

Vid alla fotoperationer svullnar foten länge, ibland sitter det i flera månader. Sitt med foten i högläge och höj gärna fotändan i sängen (lägg en kudde under madrassen), speciellt första veckan. Högläge minskar också smärtan efter operationen. Använd stödstrumpor efter avgipsning eller ha fot och underben lindade så länge svullnaden kvarstår.

Återbesök till läkare

Stygnen tas bort vid återbesök på mottagningen av sjuksköterska eller gipstekniker 2–3 veckor efter operationen. Ofta byts då gips till en ortos (plaststövel). Efter sex veckor är det återbesök till läkare med röntgen och klinisk kontroll. Vid steloperation avgörs om belastning är tillåten efter röntgen är gjord. Efter avslutad immobilisering kan det vara motiverat med fysioterapibehandling.

Angående patientavgifter i samband med vårdkontakter

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

Komplikationer

Den vanligaste komplikationen är infektion, denna är oftast ytligt och kräver endast sårvård, ibland antibiotika. Djup infektion är mycket ovanligt. Om du misstänker infektion (mer smärta, feber, allmän sjukdomskänsla) kontaktar du mottagningen. Mindre nervpåverkan med känselbortfall i operationsområdet förekommer. Blodpropp är ovanligt och motverkas med rörelseträning och högläge. Fysioterapeuten instruerar dig på vårdavdelningen. Du får också förebyggande blodförtunnande. Om du misstänker någon komplikation vänder du dig till sjuksköterska på ortopedmottagningen alternativt din distriktssköterska

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, fredag 7.30-11.30

Knappval 2 (Sjuksköterska)

Medicinsk rådgivning, ombokning av återbesök, sjukreseintyg.

Öppet måndag-torsdag 7.30-14, 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

Innehållsansvariga

Sinan Abdulla, överläkare

Jessica Larsson, medicinsk sekreterare