



Informasjon om avstivning av stortåens grunnledd (artrodese MTP1)



Bakgrunn:

- Ved mange forskjellige tilstander i føttene kan det være en god behandling å stive av stortåens grunnledd. De vanligste tilstandene er artrose i leddet eller uttalt hallux valgus.

Metode:

- Prosedyren består i å fjerne all brusk og hardt bein, slik at man får to flater med normalt beinvev. Deretter settes disse flatene mot hverandre i ønsket stilling, og festes med enten 2 skruer, eller en metallplate med skruer i. Deretter trenger kroppen ca. 6 uker før benflatene er grodd sammen, omtrent som et brudd.

Bedøvelse:

- De fleste vil ved denne type operasjon få lokalbedøvelse/ankelblokkade. Det er da vanlig at man får hevelse, stivhet og lett misfarging av huden i ankelområdet. Dette går over i løpet av noen dager.

Etter operasjonen:

- De aller fleste får en forfotsgips som skal være på i 6 uker.
- Vi anbefaler en bandasjesko (fås kjøpt på sykehuset)/eller lignende fottøy
- Ingen belastning av forfoten i 6 uker.

Mulige komplikasjoner:

- Bakterieinfeksjon (1-2%). Infeksjon i operasjonssåret er uvanlig, men dersom det er økende smerter, hevelse eller feber utover 3 - 4 dager etter operasjonen, ta kontakt med hospitalet.
- Manglende tilheling i beinet (såkalt pseudartrose eller engelsk «non-union»). Dessverre ikke helt uvanlig, ca 5%. Mer vanlig hos røykere, diabetes pasienter og de som bruker immundempende medisiner. Krever som regel ny operasjon.
- Uønsket stilling av tåa, som kan gi gnag eller feilbelastning. Kan evt. korrigeres senere.

Det postoperative forløpet:

- Man kan belaste hælen umiddelbart, men det gjør ofte vondt, og forårsaker hevelse. Det kan være greit å vente 2-7 dager. Bruk krykker for bedre gangmønster, og avlastning av operert fot.
- Gipsen beholdes i 6 uker. Den bør skiftes hvis den føles trang. Ta kontakt med sykehuset (se kontakt telefon). Hvis trangheten oppstår akutt på kveld eller natt, ta kontakt med legevakten. Evt. kan du «surre» av gipsen (som en bandasje), og kontakte sykehuset dagen etter.
- Legekontroll med røntgen etter 6 uker. Samtidig fjernes gips og sting. Ved tvil om tilheling kan du bli bedt om å fortsette avlastning i ytterligere noen uker.
- Etter 6 uker kan du belaste på flat fot, etter 8 uker kan du også fotavvikle, det vil si belaste forfoten og tåa alene. Etter dette er det vanligvis ingen spesielle restriksjoner på belastning, men man må likevel regne med hevelse, misfarging og smerte i 3-6 måneder etter inngrepet. Man kan regne med bedring helt fram til ett år etter inngrepet.

Smerte:

- De fleste vil oppleve smerter etter inngrepet. Smerte oppleves ulikt for hver enkelt. De er sterkest det første døgnet, og avtar gradvis. Det er viktig å behandle smerte i startfasen. Følg anvisningene for å få best mulig effekt. Ta tabletter med jevne intervaller. Noter ned hva du bruker og tidspunkt. Det er vanlig å få med resept på sterke smertestillende.

1. Paracet 500 mg 1-2 tabletter, 3-4 ganger pr døgn d.v.s. hver 4-6 time. Start 4-6 timer etter dosen du fikk på sykehuset. Maksimal dose Paracetamol er **4 gram pr 24 timer**.

2. NSAIDS (Naproxen, Ibux, Voltaren m.m) Bør helst ikke brukes ved denne typen operasjoner, da det er mulig at det hemmer tilhelingen av beinet. Ved

sterke smerter er det likevel en effektiv behandling og enkeltdoser kan brukes, følg bruksanvisning.

3. Tramadol kapsel 50 mg (= Nobligan), sterke smertestillende. Ta en eller to kapsler ved sterke smerter. Fordeles helst på tre eller fire doser pr 24 timer. Disse brukes i tillegg til Paracet og NSAIDS. Resept vurderes av kirurg. Maks dose pr 24 timer er 6 kapsler.

4. Alternativt for de som ikke tåler Tramadol (alternativ 1 og 3 skal da ikke brukes):

Pinex forte/paralgin forte (virkestoff paracetamol/kodein). Ved sterke smerter 2 tabletter, 3-4 ganger pr døgn. Bli dette for sterkt tas 1 tablett Pinex forte/Paralgin forte og en tablett Paracet á 500 mg, som kan gjentas **3-4 ganger på 24 timer. Maksimal dose er totalt 8 tabletter pr 24 timer.**

- Det opererte område bør holdes høyt. Dette motvirker hevelse og smerte. Hvis mulig, hold det over hjertehøyde. Kuldepakninger (isposer eller frossen grønnsakspose) kan dempe smerter. Pass på å beskytte gipsen mot fuktighet, og huden mot forfrysning.

Blødning:

- Det hender at det er noe blødning i gipsen. Det anbefales at du tar eventuelt kontakt med sykehuset.

Dusj:

- Vi anbefaler at du venter et par dager med dusj. Når du skal dusje, må du dekke til gipsen/foten med plast slik at den ikke blir våt. Kalkgips kan smuldre opp. Foten må holdes bort fra dusjsonen.

Sykmelding:

- Hvis du trenger sykmelding får du den med deg når du reiser. Vi kan gi maksimum fire uker, eventuell videre sykmelding ordnes av fastlege.

Bilkjøring:

- Bilkjøring anbefales ikke før du kan belaste foten og reaksjonsevnen er intakt.

Faste medikamenter:

- Gjenoppta ordinær medisinerings behandling dagen. Ved bruk av Marevan, avtales dette spesielt.

Aktivitet:

- Vi anbefaler at du beveger i ankler, kne og hofter fra operasjonsdagen. Fra dagen etter gjøres øvelser fra skjema 2-3 ganger pr dag.

Kontaktinformasjon - Ved spørsmål etter operasjonen:

På dagtid i ukedager kan du ringe sentralbordet på telefon: 67 500 800.
På kveld, natt og helg kan du ringe sengeposten på tlf. 67521779/80.