

POPRAVA VALGUSNE DEFORMACIJE NOŽNEGA PALCA

INFORMACIJE ZA BOLNIKE



KAJ JE VALGUSNA DEFORMACIJA NOŽNEGA PALCA?

Za valgusno deformacijo nožnega palca je značilna usmerjenost palca navzven in boleča izboklina glavice palčeve stopalnice. Valgusna deformacija nožnega palca je pogosta težava žensk srednjih let in starostnikov, v razvitih deželah se pojavi kar pri 37 % prebivalcev, starejših od 65 let.

Nastanek deformacije je pri večini bolnikov dedno pogojen, dodatno pa jo poslabša nošenje preozke obutve in visokih pet. Večina bolnikov navaja težave pri nošenju serijsko izdelanih čevljev in čutijo bolečine nad notranjo izboklino prve stopalnice, precej jih poišče pomoč pri zdravniku zaradi estetskih razlogov ali zato, ker čutijo bolečine pod glavico druge stopalnice. Palec lahko začne odrivati drugi prst na istem stopalu, pojavijo se otiščanci na spodnji ali hrbtni strani prizadetih prstov.

KAKŠNO JE PRIČAKOVANO IZBOJŠANJE PO POPRAVI VALGUSNE DEFORMACIJE NOŽNEGA PALCA?

Pričakovano izboljšanje po operativni popravi valgusne deformacije nožnega palca je zmanjšanje bolečin nad izboklino palčeve stopalnice in zmanjšanje težav zaradi pritiska deformiranega palca in drugega prsta v obutvi. Operacija ne more bistveno zmanjšati bolečin pod glavicami ostalih stopalnic, v tem primeru je potrebno nošenje vložka za podporo sprednjega stopalnega loka (t.i. solza).

Kar 60 % bolnikov mora tudi po uspešno opravljeni operaciji upoštevati omejitve pri nakupu obutve (spredaj širok čevelj z zadostnim prostorom za prste). Operater vam ne more zagotoviti, da boste po operaciji lahko nosili poljubno obutev. Spredaj koničaste čevlje boste z izravnanim palcem težje obuli kot pred operacijo!



KAKŠNA SO TVEGANJA OB OPERATIVNI POPRAVI VALGUSNE DEFORMACIJE NOŽNEGA PALCA?

Hujši zapleti po popravi valgusne deformacije nožnega palca so redki. Pred odločitvijo za operacijo morate poznati možna tveganja: Med operacijo lahko pride do zloma kosti, poškodbe tetiv, živcev ali žil. Večino teh zapletov je mogoče obravnavati takoj po njihovem nastanku.

- Možno je, da se stopalnica po operaciji zaraste v neustreznem položaju ali se ne zaraste. Takšen zaplet zahteva dodaten operativni poseg.
- Bakterijska okužba operativne rane ali kosti je redek zaplet s hudimi posledicami. Okužba se v takšnih primerih zdravi z antibiotikom, občasno so potrebni tudi dodatni operativni posegi.
- Nezadovoljstvo s popravo valgusne deformacije nožnega palca se lahko pojavi kot posledica nerealnega pričakovanja, da bo operacija omogočila nošenje poljubne modno oblikovane obutve. Kar 60 % bolnikov mora tudi po uspešno opravljeni operaciji upoštevati omejitve pri nakupu obutve (spredaj širok čevelj z zadostnim prostorom za prste).
- Valgusna deformacija palca se lahko nekaj časa po operaciji ponovi oz. poslabša, k temu precej prispeva neprimerna obutev.

JE MOŽNO ZDRAVLJENJE BREZ OPERACIJE?

Neoperativno zdravljenje ne more trajno zmanjšati valgusne deformacije palca, lahko pa ublaži simptome. Operacija ne izboljša vašega splošnega zdravstvenega stanja, zato morebitna odklonitev nima nobenih živlensko nevarnih posledic. Večina bolnikov doseže zadovoljivo kakovost življenja zgolj s prilagojeno obutvijo.

Neoperativni načini zdravljenja:

- Nošenje ortoze za izravnavo palca ali drugega prsta (samo pri



- nezatrjenih deformacijah).
- Nošenje vložkov za podporo vzdolžnega in sprednjega stopalnega loka (t.i. solza).
 - Spredaj široka obutev z zadostnim prostorom za prste.
 - Izogibanje obutvi s šivom, ki pritiska na izbokline.
 - Čevlji s čvrstim neupogljivim podplatom spredaj in mehko notranjo oblogo.
 - Nizka peta na čevlju.

KAKO SE PRIPRAVITI NA PRIHOD V BOLNICO?

Že v času čakanja na operacijo valgusne deformacije nožnega palca je priporočljivo, da poskrbite za ustrezno obutev. Čevlji naj bodo spredaj široki z zadostnim prostorom za prste, šiv na čevlju ne sme pritiskati na bolečo izboklino, pete naj bodo nizke.

Poskrbite za lažjo vrnitev v domače okolje po operaciji ter po potrebi spremenite položaj postelje, dostopnost polic v garderobnih omarah in v kuhinji. Po operativni popravi valgusne deformacije nožnega palca boste morali sprednji del operiranega stopala 6 tednov razbremenjevati s posebnim čevljem.

KAJ SE BO DOGAJALO NA DAN OPERACIJE?

V bolnico boste sprejeti na dan operacije zjutraj. Ob sprejemu prinesite zdravstveno kartico, napotnico in izvide, ki vam jih je izročil vaš zdravnik. Pred posegom morate podpisati soglasje za izvedbo operativnega posega in lokalno anestezijo, takrat je tudi čas za pogovor z vašim operaterjem in razjasnitev morebitnih vprašanj. Vsaj 6 ur pred operacijo morate biti tešči (ne smete zaužiti nobene hrane ali pijače). Odstraniti morate ves nakit in se umiti v kadi ali pod tušem. Na dan operacije zjutraj smete vzeti le tista zdravila, ki jih določi zdravnik.



Medicinska sestra vas bo odpeljala do operacijskega bloka. Operacija bo potekala v operacijski dvorani in poteka večinoma v lokalni anesteziji (omrtvičen je samo palec na stopalu). Večje in kompleksne deformacije na stopalu je treba operirati v splošni anesteziji (bolnik med operacijo globoko spi) ali področni anesteziji (bolnik med operacijo ne čuti spodnjega dela telesa od popka navzdol).

KAKO BO POTEKALA OPERACIJA?

Operacija traja približno 45 minut. Na začetku operacije predel palca omrtvimo z injekcijami lokalnega anestetika. Operativna rana poteka vzdolž notranje strani palca od sredine prve prstnice do sredine stopalnice. Pri večjih deformacijah se rez podaljša do začetka stopalnice. Na začetku posega odstranimo kostno izboklino na stopalnici in sprostimo mehka tkiva okoli osnovnega palčevega sklepa. Nato prečno prežagamo stopalnico (osteotomija), končni del stopalnice pomaknemo navzven in s tem palec izravnamo. Kost v popravljenem položaju učvrstimo s sponkami, vijaki ali kovinskimi žicami. Ob hujših deformacijah je potrebna poprava prstnice ali dvojna osteotomija stopalnice.

Izbiro različnih operativnih in učvrstitvenih tehnik za popravo nožnega palca narekujejo velikost deformacije in kvaliteta mehkih tkiv na stopalu. Kovinske žice brez večjih bolečin odstranimo ambulantno 3-4 tedne po posegu, morebitne vijake ali sponke pa odstranimo z naknadnim manjšim posegom, ko je stopalnica zaraščena.

KAKO DOLGO JE TREBA OSTATI V BOLNICI?

Večina bolnikov ostane v bolnici en dan. Po operaciji boste začeli prejemati zdravila proti bolečinam, izdali vam bomo tudi naročilnico za poseben prilagojen čevelj za razbremenjevanje sprednjega dela stopala.



KAJ STORITI PO ODPUSTU IZ BOLNICE?

Po odpustu iz bolnice boste nadaljevali z rednimi prevezami rane na dva do tri dni pri izbranem zdravniku, ki bo odstranil šive predvidoma 10 do 12 dni po operaciji. Po vrnitvi v domače okolje je nujno, da do prvega kontrolnega pregleda pri ortopedu, ki vas je operiral (t.j. 4-6 tednov po operaciji), sprednji del operiranega stopala razbremenjete s predpisanim čevljem. Protibolečinska zdravila jemljite le po potrebi.

Z vožnjo avtomobila lahko pričnete, ko mišična moč in odsotnost bolečine dopuščata varno pritiskanje na stopalke - običajno ne prej, kot 6 tednov po posegu.

NA KOGA NAJ SE OBRNEM V PRIMERU TEŽAV PO ODPUSTU IZ BOLNICE?

V primeru kakršnihkoli težav po odpustu iz bolnice se najprej obrnite na vašega zdravnika, zunaj rednega delovnega časa pa na dežurnega zdravnika v vašem zdravstvenem domu. Na pregled vedno prinesite odpustnico iz bolnice. Ob večjih zapletih vas bo vaš zdravnik urgentno napotil k ortopedu - operaterju. V primeru suma bakterijske okužbe **ne smete** prejemati antibiotičnih zdravil pred pregledom pri ortopedu.

