



Patientinformation

Hammartå



Ortho Center
Skåne

Hammartå

En tå blir till en hammartå när den böjer sig i tålederna så att tån i helhet blir kortare och den uppstående leden kan orsaka tryckbekymmer och smärta, samtidigt som den nedtryckta grundleden också kan leda till smärta i trampdynan.

Orsaken till hammartå kan vara trånga skor dock även vissa sjukdomar såsom reumatism, men i de flesta fall är utvecklingen av hammartå oklar.

Diagnostik och behandling

Diagnosen hammartå ställs vid en läkarundersökning som ofta kompletteras med en röntgenundersökning.

Vid lindriga besvär kan speciella skoinlägg med främre pelott och rymliga skor med en stadig sula hjälpa med symptomlindring.

Om detta inte hjälper, framförallt när tån blir alltmer fixerad i sin felställning kan operation bli aktuell. Du bör ha ordentligt med besvär innan du bestämmer dig för operation. En operation innebär alltid en viss risk, även om dessa är små, då det kan uppstå en infektion eller annan komplikation som gör att foten inte blir bättre.

Operation för hammartå betyder att tån blir stel i en av tålederna och du inte kan "kröka" tån längre såsom tidigare. Oftast saknar man inte den minskade rörligheten.

Förberedelse inför operation

Du kommer ha ett stift som sticker ut ur tåspetsen efter operationen. Detta stift skall sitta i ungefär 6 veckor. Under denna tid måste du alltid använda en specialsko när du går och står. Denna sko får du hos oss. Ifall du går utan denna sko är risken stor att du antingen bryter av stiftet eller att du stöter mot det så det orsakar stor smärta och i värsta fall en infektion. Måste du absolut gå utan sko så bör du gå på hälen och inte belasta framfoten.

Det kan vara lite svårt att till exempel gå och handla de första dagarna. Även om man kan sköta kontorsarbete hemifrån så kan det vara svårt de första dagarna pga. smärtan.

Operation

Operationen utförs i lokalbedövning, så kallad fotblockad. Vid operationen används en blodtrycksmanschett som sätts ovanför fotknölnarna. Därmed hindras blodet från att komma ned i foten, vilket underlättar själva operationen. Du kan känna ett visst obehag i början men vänjer dig snabbt.

Vid operationen rätas tån ut till en rak position genom att ställas en av tålederna. Oftast behöver man även dela en ledkapsel och förlänga en sena i tån.

Efter operation

Efter operationen får du stanna kvar hos oss en liten stund. Du kommer att få en specialsko som du måste använda när du går på foten. Du får belasta foten fullt i specialskon.

Att ta dig hem efter operationen

Som nyopererad får du inte gå, cykla eller köra bil eftersom du kan vara påverkad av de mediciner du fått i samband med operationen. Det är lämpligast att någon anhörig eller närstående hämtar dig eller att du tar taxi.

Komma igång efter operation

Det är normalt att känna smärta de första dygnet efter operationen. Du får recept på smärtstillande läkemedel som skickas elektroniskt till valfritt apotek.

De första dagarna efter operationen ska du hålla foten högt för att minska risken för svullnad och blödning, därmed underlättas sårhäkningen. Oftast lägger sig svullnaden i foten inom någon månad, men svullnad kan kvarstå i upp till 1 år efter operationen och det kan ta flera månader innan du är besvärsfri. En operation är inte en garanti för smärtfrihet.

Undvik att den opererade foten blir blöt när du duschar. Du kan använda en duschstrumpa som kan köpas på apoteket eller en vanlig plastpåse. Det viktigaste är att det är tätt.

Sjukskrivning efter operationen varierar med vilken typ av arbete du har. Ett gående, stående arbete kan behöva upp till 8 veckors sjukskrivning.

Har du frågor eller är orolig för något kan du kontakta Orthocenter.

Återbesök

Efter några dagar byter vi förbandet för att säkerställa att allt ser bra ut. Eftersom du har ett stift som sticker ut ur huden på tån så finns viss risk för infektion, varför det är av största vikt att ha god hygien kring förbandet.

2-3 veckor efter operationen kommer du tillbaka för att ta bort stygnen. Behövs det flera omläggningar emellan så får du kontakta oss, t ex om förbandet lossnar eller om du känner obehag såsom infektionskänsla.

5-7 veckor efter operationen får du ett läkarbesök där man drar ut stiftet. Om allt ser fint ut så är det då dags att komma igång med rehabiliteringen, och du får använda vanliga skor igen.

Eftervård

När stiftet är borttaget så får du vänta med riktiga fotbad några dagar till så att det lilla såret efter stiftet hinner stänga sig. När detta sår har läkt, tvätta och smörj foten, men undvik varma bad av foten de första veckorna efter att förbandet tagits av, då den annars svullnar lätt. Massera det opererade området med mjukgörande kräm de första veckorna.

Förberedelser inför operation

Har du kryckor så ta med de till sjukhuset. Det kan vara fördelaktigt att använda kryckor de första dagarna så länge du har ont och har svårt att gå på den opererade foten.

Kvalitetsarbete

På Orthocenter är vi mycket måna om den höga kvaliteten på de operationer vi utför. För att följa hur det går för våra patienter deltar vi i flera nationella kvalitetsregister. För fotoperationer finns det i nuläget två olika register:

<https://fot.registercentrum.se/>

<http://www.swedankle.se/>

I samband med operationen kommer vi be dig att fylla i ett frågeformulär. Detta är av stort värde för oss!

Ortho Center Skåne

GHP Ortho Center har sedan tidigare kliniker i Stockholm och Göteborg. Hösten 2010 öppnade GHP Ortho Center Skåne som bygger vidare på idén att bäst resultat nås i ett specialiserat center med omsorgsfullt utvald personal, hög tillgänglighet och noggrann eftervård. Det är vård utan kompromisser.

Kliniken har fyra mottagningsrum och en rehabavdelning med sjukgymnaster/fysioterapeuter.



Operationer utförs hos oss i Lund. Vi har valt ut läkare med hög specialisering och betydande erfarenhet så att vi alltid kan erbjuda en ledande expert på just ditt problem.



Som exempel kan nämnas att våra tre knäkirurger tillsammans har gjort mer än 3000 främre korsbands- knäligamentrekonstruktioner.



Vi bidrar med medicinskt stöd till Malmös elitlag inom fotboll, ishockey och handboll men även till en rad andra föreningar/organisationer såsom;



FC Rosengård, LB07, Östersund FK, MAI, IFK Växjö, Karlskrona HK, Landskrona BOIS, Vittsjö GIK, Kristianstad DFF, Trelleborgs FF, Malbas, Sveriges Hopplandslag, Gymnastiklandslaget, SOK/Paralympier, Thaiboxningslandslaget, Friidrottslandslaget, Östers IF, Mjällby AIF, Mörrum Hockey, Helsingborgs IF, Kalmar FF, Eos Lund, IK Pantern



Vi är stolta över att kunna erbjuda behandling när det passar dig, oftast får du tid att träffa en specialist på just ditt problem inom några dagar. Vi har specialister på alla idrotts- och förslitningsskador. De flesta patienter går sedan vidare till sjukgymnast/fysioterapeut som ger anpassad behandling och utformar ett individuellt träningsprogram, vid behov i samråd med läkare. Inte sällan behövs även ytterligare utredning med röntgen eller magnetkameraundersökning (MR/MRT/MRI) som ett komplement till den kliniska undersökningen. Ortho Center Skåne samarbetar i första hand med Unilabs Malmö Arena Röntgen och Ellenbogens röntgenklinik. Man får i regel snabb tillgång till dessa tjänster, vad gäller röntgen ofta samma dag.

Ortho Center Skåne