

Patientinformation

Haglunds hääl / Hälseneinsertialgi



Ortho Center
Skåne

Hälkirurgi

Kirurgi på hälbenet tillhör kategorin bakfotskirurgi. Bakfotskirurgi innefattar kirurgi i bakre delen av foten inklusive fotleden. Kirurgi som utförs här är omfattande och kräver ofta långvarig rehabilitering samt minst 6 veckors gips- eller ortostid.

Haglunds hääl eller bakre häälsporre?

Ett prominent häälparti ger ofta lokal ömhet genom tryck från skons häälkappa. Ibland föreligger en benutväxt som sitter baktill i häälsefästet (bakre häälsporre) med resultatet att smärtan sitter centralt i häälsefästet (**akillesinsertialgi**). I andra fall så är hela bakre häälpartiet som en enda framträdande kontur och kallas då **Haglunds hääl**. Smärtan vid Haglunds hääl finns om båda sidorna häälseinfästningen.



Haglunds hääl



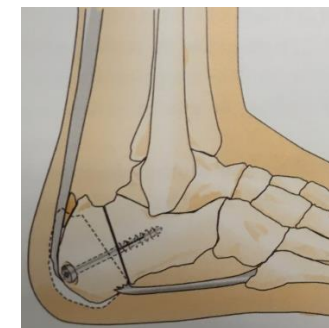
Bakre häälsporre

Behandling

Behandlingen sker till en början alltid icke-operativt och innehåller både fysioterapi och anpassade inlägg. Fysioterapi skall ske under minst 3 månader innan man kan utvärdera resultatet. Ifall icke-operativ behandling förblir otillräcklig så kan operation bli aktuell.

Operation

Operationen för Haglunds hääl görs oftast enligt Keck'n Kelly och innebär en förkortning av hääl, där man sågar ut en kil och klaffar ihop häälbenet med 2 skruvar.



Har man en bakre häälsporre så behöver man gå rakt igenom häälsefästet, lyfter på ca 2/3 av häälsenan och sågar bort sporren som ofta är mycket stor och sträcker sig över hela häälbredden. Häälsenan fäster man därefter tillbaka med så kallade suturankare.

Efter båda operationerna har man ett gips i ca 6 veckor. I de flesta fall får man inte belasta på foten de första 2-3 veckorna. Efter avgipsningen krävs en lång rehabilitering med fysioterapi.

Efter operation

Alla som opereras i bakfoten får blodförtunnande sprutor i minst 10 dagar. På operationsdagen ges förebyggande behandling med antibiotika. Efter operationen får du börja träna på att hoppa med kryckor. Smärtorna är värst första dygnet och minskar sedan successivt. Smärtlindring ges efter behov och recept på smärtstillande läkemedel fås i samband med hemgång.

Återbesök planeras efter 2-3 veckor på Orthocenter för att ta bort stygnen och byta gips. Efter ca 5-7 veckor planeras ett läkarbesök där man efter Keck´n Kelly operationen även tar en röntgenkontroll. I vissa fall önskar vi röntgenundersökningen utan gips, och i så fall måste du först komma till Orthocenter för att plocka bort gipset, sedan gå till Unilabs för din röntgentid och därefter komma tillbaka till Orthocenter.

Rehabiliteringstiden är ofta 12 månader.

Förberedelser inför operation

När man inte får belasta sin opererade fot medför det många gånger svårighet att klara sig i det vardagliga livet.

Tänk igenom hur det blir när du kommer hem efter operationen och skall klara dig på ett ben i stället för två. Träna inför operationen att hoppa med kryckor och känn efter hur långt du orkar hoppa och om du klarar att ta dig uppför och nedför trappor.

Om man inte klarar hoppa med kryckor finns det andra hjälpmedel, till exempel betastöd som är mer stabila. Erfarenhetsmässigt vet vi att de flesta klarar att hoppa korta sträckor med kryckor/betastöd, men att man ofta behöver en rullstol för längre förflyttningar vid t ex återbesöken. Kontrollera om du kan sätta dig/resa dig från toaletten på ett ben, kanske behövs armstöd för att du ska känna dig trygg? Vid duschsituationen behövs någon form av stol/pall/badkarsbräda att sitta på.

De hjälpmedel du kommer behöva efter operationen skall du skaffa innan du opereras.

Listan nedan är de vanligaste förekommande hjälpmedlen som brukar kunna behövas efter din operation. Läs igenom och fundera vad just du behöver.

- Rullstol med vinkelställbart benstöd och hälband på den sidan som ska opereras.

- 2 kryckor alternativt 1 betastöd.
- Armstöd till toaletten (ev förhöjning om toalettstolen är låg).
- Duschstol/badkarsbräda.

Ta med dig rullstol och kryckor till operationen!

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/>

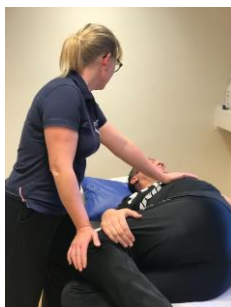
<http://www.swedankle.se/>

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