

Framfotsbesvär - Hallux rigidus

Vårdnivå och remiss

Vid symtomgivande hallux rigidus ska först skoanpassning och stelt kolfiberinlägg prövas.

Remiss till ortoped är aktuellt om:

Värk i stortån har varit ett besvär en längre tid. Styvt inlägg har prövats minst 1 månad utan tillräcklig lindring. Personen vill genomgå operation.

Diagnostik och utredning

Anamnes

Vad är det största besväret? Är andra leder drabbade? Gikt eller inflammatorisk ledsjukdom i anamnes eller släkt?

Typiska symtom på hallux rigidus är:

- Stelhet i stortåns grundled
- Smärta djupt i leden
- Värk när skorna trycker på leden eller på osteofyter som bildats runt leden
- Smärta när stortån böjs upp vid stegavecklingen.

Stelhet är inte obligat. Gikt är en differentialdiagnos som bör misstänkas vid intermittenta besvär eller när återkommande kortare perioder med kraftigt ökade besvär förekommer.

Status

Rörelseomfång i MTP-1. Jämför andra sidan. Ömhet mot stortåns grundled. Dorsala knölar (osteofyter)? Är stortån onormalt mycket i valgus? Hammartår? Ömhet under MTP 2-5. Förhårdnader under foten?

Röntgen

Röntgen av aktuell fot med frågeställning hallux rigidus ska vara utförd och svar föreligga innan remiss skrivs.

Prevention

Ingen känd. En del av dem som får hallux rigidus har en generell artrossjukdom. Enstaka personer får besvär av en hallux rigidus redan i 30-40 årsåldern.

Behandling

Råd om vida skor som inte trycker på stortåns grundled. Vid lindrigare besvär kan en ”walkingsko” med styv sula från en sportaffär hjälpa tillräckligt mot den djupa ledvärken. Nästa steg är ett tunt helt styvt kolfiberinlägg som läggs i skon. I båda

fallen handlar det om att minska rörelsen i stortån vid gång. Eftersom kolfiberinlägget kan gå av efter något år bör man tala om detta för patienten och skriva remiss till Team Olmed som gäller 5 år. Hålfotsinlägg brukar inte hjälpa, och ska inte förskrivas om inte annan tydlig indikation för sådant finns.

Den hjälp man kan få på ortopedien är operativ. Det finns tre metoder och vilken som väljs beror på symtom, grad av artros och i viss mån av patientens önskan. För en enkel beskrivning och bilder, se Hallux rigidus stel stortå, 1177 under relaterat.

Sjukskrivning

Sällan aktuellt förutom postoperativt. Efter operation cirka 2 veckors sjukskrivning vid kontorsarbete om patienten kan sitta med foten högt och ordna transport till arbetet. Vid gående/stående arbete som för en undersköterska eller industriarbetare 4-6 veckor om enklare operation. Upp till 3 månader om steloperation måste göras.

Se Faktadokument Samarbete mellan primärvård och ortopedi i sjukskrivningsärenden.

Se Vissa fotbesvär, Försäkringsmedicinsk information under relaterat

Uppföljning

Uppföljning efter icke kirurgisk behandling sker på patientens initiativ.

Postoperativ uppföljning sker via ortopedien.

Kvalitetsindikatorer

Betydligt minskad smärta.

Rehabilitering

Se ovan under rubrik Behandling.

Mer information

Se Patientinformation, Hallux rigidus stel stortå, 1177 under relaterat.