

Patientinformation Hälseneinsertialgi Haglunds hä



Cario

Hälkirurgi

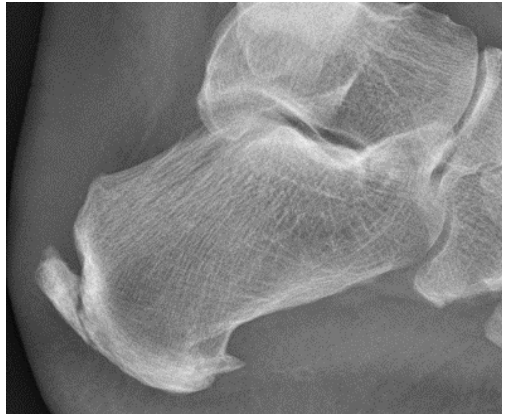
Kirurgi på hälbenet tillhör kategorin bakfotskirurgi. Bakfotskirurgi innefattar kirurgi i bakre delen av foten inklusive fotleden. Kirurgi som utförs här är omfattande och kräver ofta långvarig rehabilitering samt minst 6 veckors gips- eller ortostid.

Haglunds häl eller bakre hälsporre?

Ett prominent hälparti ger ofta lokal ömhet genom tryck från skons hälkappa. Ibland föreligger en benutväxt som sitter baktill i hälsenefästet (bakre hälsporre) med resultatet att smärtan sitter centralt i hälsenefästet (**akillesinsertialgi**). I andra fall så är hela bakre hälpartiet som en enda framträdande kontur och kallas då **Haglunds häl**. Smärtan vid Haglunds häl finns om båda sidorna hälseneinfästningen.



Haglunds häl



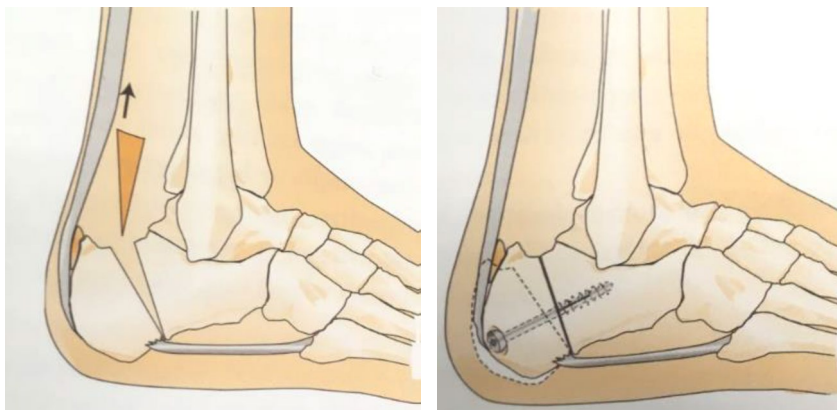
Bakre hälsporre

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 häl görs oftast enligt Keck'n Kelly och innebär en förkortning av hälen, där man sågar ut en kil och klaffar ihop hälbenet med 2 skruvar.



Har man en bakre hälsporre så behöver man gå rakt igenom hälsenefästet, lyfter på ca 2/3 av hälsenan och sågar bort sporrn som ofta är mycket stor och sträcker sig över hela hälbredden. Hälsenan 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 av-gipsningen 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 Capio Ortho Center 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 Ortho Center för att plocka bort gipset, sedan gå till Unilabs för din röntgentid och därefter komma tillbaka till Ortho Center.

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 till exempel 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 Capio Ortho Center 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!



Capio Ortho Center Skåne

Hyllie Vattenparksgata 11 A, Malmö

Telefon: 040 – 651 00 50

skane.orthocenter.se