

## Steloperation (artrodes) i fotleden

### Fotleden

Fotleden är en så kallad gångjärnsled där skenbenet och vadbenet ledar mot språngbenet. Leden stabiliseras av ledband, på in- och utsidan, samt av ledkapsel.

### Artros och reumatism

De vanligaste orsakerna till att man behöver steloperera fotleden är sjukdomarna artros och reumatism.

Artros innebär att det brosk som normalt täcker benytorna i fotleden har skadats och blivit tunnare. Vid svår artros saknas brosket helt, så att benet ligger bart. Samtidigt minskar ledvätskan (ledens smörjmedel) och blir tunnare, vilket gör att funktionen försämras ytterligare. Anledningen till att vissa människor får artros är fortfarande okänt. Det finns dock vissa faktorer som styr risken att drabbas, till exempel kön (vanligare bland kvinnor), ålder (ledbroskets motståndskraft minskar med åren) och övervikt.

Artros i fotleden uppstår ofta efter en skada, till exempel benbrott, i anslutning till fotleden. De vanligaste symtomen på artros är försämrad rörlighet och smärta vid belastning.

Reumatism är en grupp av inflammatoriska sjukdomar som bland annat kan drabba kroppens leder med smärta och försämrad rörlighet som följd. Orsakerna till att vissa personer får reumatiska besvär är till stor del okända.

### Inför operationen

Om du äter blodförtunnande eller inflammationsdämpande tabletter ska du göra uppehåll med dessa 7 dagar före operationen. (Dessa läkemedel påverkar nämligen blodets levringsförmåga. Exempel på sådana läkemedel är Voltaren, Orudis, Magnecyl, Diklofenak, Ipren och Ibumetin. Trombyl, Plavix och Waran skall sättas ut enligt särskild ordination i samråd med den läkare som sköter medicineringen. Under denna tid får du inte heller ta några naturläkemedel. Blodtrycks- och hjärtmediciner skall dock tas som vanligt.

För att förebygga infektioner i samband med operationen skall du duscha och tvätta håret med Descutan, en bakteriedödande tvål. Denna tvålsvamp köper du på Apoteket. Du skall tvätta hela kroppen noggrant med Descutan två gånger dagen före operationen. Håret behöver bara tvättas ena gången. En sista tvätt med Descutan gör du hemma på operationsdagens morgon. Du får inte använda hårbalsam eller hudlotion efter tvättningarna.

Boka tid hos sjukgymnast före operationen för hjälp med utprovning av kryckor. Sjukgymnasten kan också visa dig hur du skall gå med kryckor efter operationen. Du kan också bli instruerad i hur du skall gå i trappor efter operationen.

Saker som du skall ta med hit till Movement på operationsdagen:

- Toalettartiklar
- Dina mediciner
- Ett par stabila skor
- De hjälpmedel du har fått (kryckor)

På Movement använder du egna kläder förutom på operationsdagen. Ta med rena och rymliga kläder samt underkläder. Ta gärna med egen mobiltelefon samt någon form av tidsfördriv t ex bok, musik eller dylikt. Det finns tillgång till internetuttag på vårdavdelningen så ta gärna med dig en bärbar dator. Bärbara datorer finns även för utlåning.

## Operationen

Operationen sker i ryggbedövning eller i narkos. Man opererar bort de slitna ledytorna och fixerar leden med en eller flera skruvar. De frilagda benytorna stimulerar då bencellerna att bilda nytt ben och ledändarna överbroas så småningom av ben.

Målet med operationen är att uppnå smärtfrihet och god funktion.

**Dagen efter operationen skrivs du ut och åker hem.**

## Efter operationen

Efter operationen kommer du att få ett gipsbandage som hjälper till att hålla foten stabil under läkningsfasen. Detta kommer du att ha under 2-3 månader efter operationen. Den första månaden får du inte belasta alls på foten. Du skall därför förflytta dig med hjälp av två kryckor med den opererade foten i luften. Efter en månad får du börja stegmarkera med foten. Detta innebär att du får sätta i foten i underlaget med enbart en mycket lätt belastning.

För att upprätthålla en god blodcirkulation och för att minska svullnaden efter operationen är det bra att så snart som möjligt efter operationen börja röra på tårna samt röra på benen till exempel genom att i ryggliggande cykla med fötterna i luften.

Vid hemresan efter operationen får du inte köra bil.

Det är bra att under den första tiden efter operationen hålla foten i högläge då detta kan minska/förebygga svullnad.

Du kommer att kallas för ett återbesök hos oss efter cirka 3 veckor efter operationen. Vid återbesöket byter vi gips samt tar bort suturer eller metallclipsen. Du ska även komma på återbesök efter 6-8 veckor, då kommer även en röntgen att göras för att kontrollera läkningen.