

## Plattfots-operation

### Plattfot

Den vanligaste orsaken till att operation blir nödvändig vid plattfot är att en av fotens muskelsenor har blivit försvagad eller gått av. Anledningen till att detta har skett är i de flesta fall okänd. Tillståndet är vanligast hos kvinnor.

En förutsättning för att operation skall bli aktuell är att man utöver felställningen också lider av smärta.

Om man enbart har plattfot men ingen smärta väljer man normalt att inte operera. Det kan då istället vara aktuellt att korrigera felställningen med hjälp av ett fotinlägg. Du kan i så fall få remiss till ortopedtekniker som hjälper dig med utprovningen.

### 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 Ibuprofen. 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.

Du bör skaffa kryckor, då detta underlättar att gå efter operationen. Detta kan du göra genom sjukgymnast på hemorten. Sjukgymnasten kan också visa dig hur du ska göra när du går med kryckorna. Det går också bra att köpa kryckor här på Movement för 70 kr/st.

### Operationen

Operationen utförs under ryggbedövning eller i narkos.

Under operationen fästes den trasiga muskelsen i det ben där den skall fästa. Den förstärks också med en annan muskelsena. På så vis hålls fotvalvet uppe efter operationen.

Därefter delas hälbenet och man flyttar in det under fotleden. Detta gör att belastningen på foten fördelas på ett bättre sätt efter operationen.

I vissa fall gör man också en steloperation i en av lederna i mellanfoten för att ytterligare förbättra fördelningen av belastning vid gång.

Slutligen sys operationssåren ihop.

## Efter operationen

Efter operationen kommer din fot eventuellt att gipsas. När gipsen har stelnat (efter ca 48 timmar) får du belasta fullt på foten. Du skall då gå med stöd av kryckkäppar.

Vid hemresan efter operationen får du inte köra bil.

Eventuellt kallas du till ett återbesök efter 3 veckor, då man tar bort stygnen. Vid detta besök kommer du även att gipsas om.

Efter 6 veckor gipsas foten av. Du skall då även uppsöka en sjukgymnast på hemorten för hjälp med rehabiliteringsträningen. Detta är mycket viktigt för att uppnå bästa möjliga resultat efter operationen. Eventuellt får du också remiss till ortopedtekniker för utprovning av skoinlägg.

För att minska smärtan efter operationen får du med dig recept på smärtstillande mediciner.

Räkna med att stanna hemma från arbetet 1 till 8 veckor, beroende på vilket arbete du har.

Läkningstiden efter operationen är lång. Det tar ofta upp till ett år innan man kan utvärdera resultatet av operationen.