



Hallux Valgus

Orthopedie

Hallux valgus

Een hallux valgus is een scheefstand van de grote teen. Vaak ontstaat deze geleidelijk. U zult merken dat de grote teen steeds meer naar buiten wijst. Soms kan dit er toe leiden dat de grote teen onder de tweede teen komt te staan.



Door de scheefstand van de grote teen steekt het kopje van het eerste middenvoetsbeentje steeds meer naar buiten uit. Dit wordt dan een opgezette, pijnlijke bult (ook wel 'knok' genoemd).

Het dragen van schoenen, met name smalle schoenen, is pijnlijk. Door plaatselijke druk van de schoen kan een wond ontstaan ter hoogte van de zwelling. Soms kan dit zelfs leiden tot een gewrichtsontsteking.

De oorzaken van het ontstaan van een hallux valgus

Het ontstaan van een hallux valgus kan verschillende oorzaken hebben:

- familiale aanleg (ongeveer 60% van de gevallen)
- smal schoeisel
- platvoet

Behandeling hallux valgus

Conservatieve behandeling

Het is in veel gevallen goed mogelijk een hallux valgus te behandelen zonder te opereren (conservatieve behandeling). Dit is te realiseren door de schoenen te laten oprekken of aan te passen (semi-orthopedische schoen), eventueel in combinatie met een steunzool. Het dragen van ruime schoenen verlicht de ergste pijn. Ook zijn er hulpmiddelen verkrijgbaar, zoals beschermende kussentjes of teentussenstukjes, die

bedoeld zijn om onder meer de druk op het slijmbeursje ter plaatste van de knok te verminderen. De werking van deze hulpmiddelen valt echter vaak tegen.

Operatieve behandeling

Voor een operatieve behandeling van een hallux valgus wordt gekozen als er sprake is van een ernstige standsafwijking van de grote teen en/of als de conservatieve behandeling niet voldoende resultaat oplevert. Er is meestal echt een standscorrectie nodig. Er zijn meerdere technieken die gebruikt kunnen worden, afhankelijk van de vorm van uw voet. Uw orthopedisch chirurg zal dit met u bespreken.

De operatie

Bij een hallux valgus operatie wordt de pijnlijke knok aan de binnenkant van de voet verwijderd. Daarnaast wordt het middenvoetsbeentje van de grote teen doorgezaagd om vervolgens in de juiste stand vast te zetten. Vaak is het ook nodig het gewrichtskapsel te 'reven' oftewel strakker te maken. Het gevolg is wel dat de teen stijf kan zijn na de operatie, maar dit zal uiteindelijk meestal langzaam verbeteren.

Herstelperiode

Na de operatie moet het bot vastgroeien. Dit duurt ongeveer 6 weken. In deze periode mag u alleen lopen op een hiervoor aangepaste (voorvoet ontlastende) schoen.

Tevens moet het gewrichtskapsel gedurende deze periode ondersteund worden door middel van een vaste of een afneembare gipsspalk.

Nazorgtraject

- De eerste dagen heeft u een drukverband. Na enkele dagen tot een week komt u naar de gipskamer voor een vaste of afneembare gipsspalk. Bij het dragen van de afneembare spalk is het de bedoeling dat u deze spalk 23 uur per dag draagt. Deze spalk mag u alleen afdoen om tussentijds, met behulp van uw handen, uw teen te bewegen om stijfheid te beperken.
- U blijft de spalk gebruiken tot 6 weken na de ingreep.
- Na 6 weken worden röntgenfoto's van uw voet gemaakt om te beoordelen of het bot goed is vastgegroeid. Daarna mag u starten met het belasten van uw voet in uw eigen schoen. Let wel, na 6 weken is de voet vaak nog behoorlijk gezwollen. Daarom kunt u dan alleen maar brede schoenen verdragen.
- In de loop van de komende maanden merkt u dat uw voet slanker wordt. Dit zorgt er voor dat uw voet gemakkelijker in uw schoen past en u comfortabeler kunt lopen.

- Sommige mensen hebben last van de schroef(jes) die geplaatst zijn tijdens de operatie. In dat geval kunnen deze na 1 jaar, tijdens een dagopname, verwijderd worden. Dit is echter zelden nodig.
- Het is mogelijk dat de grote teen in de loop der jaren opnieuw scheef gaat staan. Dit komt echter met name voor bij de zogenaamde aangeboren (juvenile) vorm van hallux valgus. Dit leidt slechts zelden tot nieuwe klachten

Voor u van belang

- Meestal wordt in samenspraak met de anesthesist een zenuwblokkade aangebracht, zodat u de eerste 24 tot 48 uur weinig of geen pijn voelt. Na die eerste periode zijn de pijnklachten meestal goed te behandelen met medicijnen.
- Zolang u het verband of de gipsspalk om hebt moet u zorgen dat uw voet droog blijft. Bij koorts of toename van pijnklachten 3 dagen (of later) na de operatie dient u contact op te nemen met de Orthopedie. Het telefoonnummer vindt u op de achterzijde van deze folder.

Geef uw mening!

Deel uw ervaring over Zuyderland Medisch Centrum op www.ZorgkaartNederland.nl, een onafhankelijk kwaliteitsplatform voor de zorg. Op basis van uw ervaring kunnen wij onze zorgverlening verder verbeteren.

Contact

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen of wilt u meer weten, dan kunt u bellen met onze afdeling. Wij staan u graag te woord.

Zuyderland Medisch Centrum Orthopedie

Afspraken polikliniek

088 - 459 9708

Openingstijden polikliniek

Maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 17.00 uur

Bezoekadres polikliniek

Locatie Heerlen, souterrain, balie 25

Locatie Sittard-Geleen, Oost 11

Internetadressen

www.zuyderland.nl/orthopedie

www.zuyderland.nl