Hallux rigidus

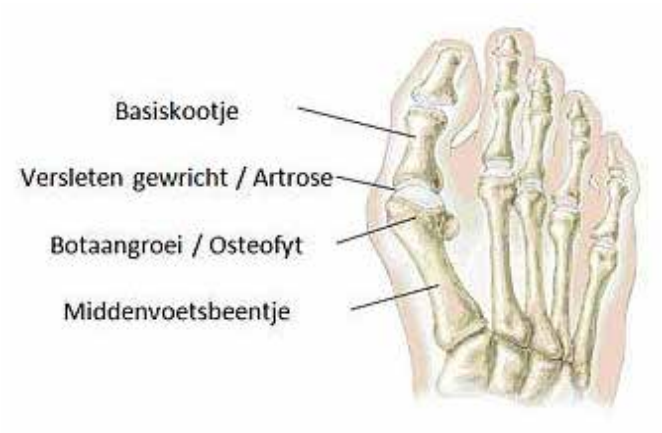
Polikliniek orthopedie

Beter voor elkaar

Ikazia ziekenhuis

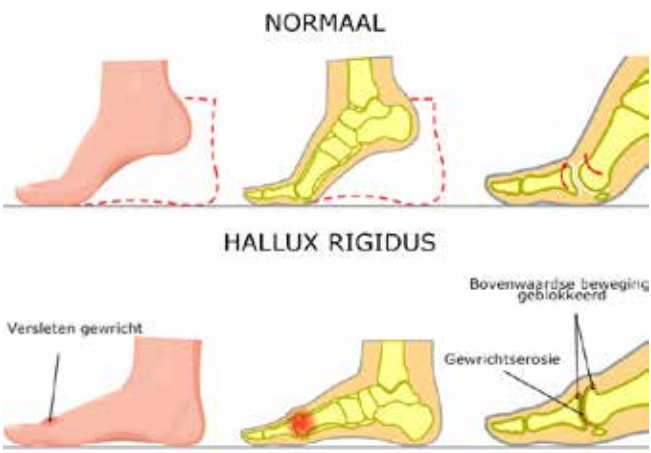
Algemeen

Een hallux rigidus is een aandoening(ziekte) aan uw grote teen. Hallux is de medische naam voor grote teen en rigidus betekent stijf; dus letterlijk vertaald: een stijve grote teen. Dit komt meestal door het slijten van het kraakbeen van de grote teen. Het gladde oppervlak van kraakbeen wordt dun, brokkelt af en verdwijnt soms helemaal. De functie van de grote teen is tijdens het lopen belangrijk, omdat de afzet voor een groot deel door de grote teen wordt verricht.



Wat zijn de klachten?

Door de slijtage van de grote teen wordt het gewricht meestal pijnlijk en stijf, waardoor het afwikkelen van de voet pijnlijk wordt. Bij onderzoek is het gewricht meestal gezwollen en kunnen er botuitgroeisels van het gewricht te voelen zijn. Hierdoor kan de druk van het schoeisel op het gezwollen gewricht toenemen.



Behandeling

De behandeling van een hallux rigidus kan op verschillende manieren: met een aangepaste schoen of met een operatie. Dit is afhankelijk van de ernst van de klachten. De orthopedisch chirurg bepaalt de ernst en bespreekt de mogelijkheden met u.

Niet–operatieve behandeling:
Afhankelijk van de ernst van de klachten kan een stevige wandelschoen of een aanpassing van de zool van de schoen, waardoor het afwikkelen van de voet makkelijker wordt helpen. De zool wordt stijver gemaakt en er komt een lichte bolling in, waardoor de zool van de schoen u met het afwikkelen van de voet helpt.

Operatieve behandeling:
Als u ondanks de niet–operatieve behandeling pijn blijft houden, is een operatie mogelijk. Er zijn twee mogelijkheden:

– Het vastzetten van de teen (athrodese):
Hierbij wordt het kraakbeen weggehaald van het gewrichtsoppervlak van het middenvoetsbeentje en het eerste kootje. De kootjes worden daarna aan elkaar vastgemaakt met een plaatje en/of schroeven (artrodese). Het plaatje

en/of de schroeven blijven de rest van uw leven in uw voet zitten. Het pijnlijke gewricht is nu vastgezet en kan geen pijn meer veroorzaken. De bewegelijkheid is echter door het vastzetten ook verdwenen. Hierna kan het zijn dat u een afwikkelzooltje nodig heeft voor het lopen.
– Het schoonmaken van de teen (cheilectomie):
Hierbij wordt het gewricht geopend en worden de randwoekeringen van het gewricht verwijderd. De functie van het gewricht zal hierdoor enigszins toenemen. Het grote voordeel van deze operatie is dat er nog enige functie van het gewricht overblijft.

Complicaties (problemen die kunnen ontstaan)

Na alle operaties is er kans op een complicatie. De complicaties zijn meestal goed te behandelen.
De volgende complicaties zijn mogelijk bij een hallux rigidus operatie:

- Nabloeding;
- Wondinfectie;
- Trombose;
- Afwijkende stand;
- Pseudoarthrose (het niet goed vast groeien van de botten).

Na de operatie:

- Na de operatie mag u meteen uit bed en met een speciale (zogenaamde 'voorvoetontlastende' schoen) lopen. Het is belangrijk dat u luistert naar de signalen van uw lichaam. Als u teveel pijn hebt of krijgt is het verstandiger om te rusten.
- De eerste week dient u uw been hoog te houden als u zit en niet te veel te lopen.
- Na 2 weken worden de hechtingen en het verband verwijderd tijdens de poliklinische afspraak op de Polikliniek Orthopedie.
- Na 8 weken wordt een rontgenfoto gemaakt om te controleren of de teen goed vastgroeit. Als dat het geval is mag u weer een ruime schoen of pantoffel dragen.
- De zwelling kan 3 tot 6 maanden aanhouden.

Na het schoonmaken van de teen (cheilectomie):

Het herstel van de cheilectomie gaat meestal wat sneller dan na een arthrodese. Toch duurt het herstel minimaal 2 maanden.

- Vanaf de eerste dag na de operatie is het zinvol om het gewricht te oefenen. Dit lukt vaak het makkelijkst door de teen met uw vingers te bewegen. Het actief bewegen van de teen is in het begin meestal niet mogelijk door de zwelling.
- U mag de voet direct na de operatie gebruiken. In het begin is dit vaak pijnlijk. Daarom krijgt u een speciale (voorvoetontlastende schoen) mee om op te lopen in de eerste weken.
- Na 2 weken worden de hechtingen en het verband verwijderd tijdens de poliklinische afspraak op de Polikliniek Orthopedie.

Pijnstilling

Gebruikt als pijnstilling de eerste twee weken paracetamol tabletten. U mag 3 keer per dag 1000 mg (1000 mg = 2 tabletten van 500 mg).

Wanneer contact opnemen met de polikliniek Orthopedie

Krijgt u koorts of koude rillingen en wordt of is uw voet rood, neem dan contact op met de polikliniek. Het kan zijn dat u een ontsteking aan de wond heeft.

Vragen en telefoonnummers

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Heeft u na het gesprek met uw arts en het lezen van deze folder nog vragen, stel deze dan gerust. Schrijf uw vragen van te voren op zodat u niets vergeet. Ook thuis na de operatie kunt u uw vragen telefonisch stellen.

Polikliniek Orthopedie

T 010 297 54 20

Let op: *In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.*

Please note: *This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.*

Dikkat: *Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.*

Uwaga: *Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.*

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.

Ikazia Ziekenhuis
Montessoriweg 1
3083 AN Rotterdam
www.ikazia.nl

Hallux rigidus
801404–NL / 2022–10