

## Wie lange bin ich im Spital?

Sie treten am Operationstag ein. Sie sind 2-4 Tage im Spital.

## Wann kann ich wieder laufen?

Sie dürfen ab dem ersten Tag unter Anleitung aufstehen. In den ersten 10 Tagen sollten sie aber eine gewissen Ruhe einhalten, auch zu Hause. Sie bekommen einen Spezialschuh für min. 4 Wochen. Danach braucht es einen bequemen kräftigen Schuh. Ihre Gehleistung sollte nach dem Abheilen der Knochen wieder vollständig hergestellt sein.



*Darco®-Schuh für 4 Wochen nach der Operation*

## Wann kann ich wieder selber Auto fahren?

Mit dem Spezialschuh dürfen Sie nicht selber Autofahren.

## Kann ich wieder Sport machen?

Der Knochen muss stabil sein, die Kapsel, Sehnen und Bänder bleiben häufig 2-4 Monate geschwollen und empfindlich. Bitte fragen Sie für Ihre spezifischen Wünsche. Z.B. Training auf dem Veloergometer können Sie eher wieder aufnehmen (ca. 2-4 Wochen) als Ballsportarten (3-6 Monate).

Ihre Fragen, unsere Möglichkeiten

## Hallux valgus



# Hallux valgus

## Habe ich einen Hallux?

Hallux ist der lateinische Begriff für die Grosszehe. Wir sprechen vom Hallux valgus, wenn die Grosszehe stark wegknickt. Bei fortgeschrittener Arthrose im Grosszehengrundgelenk sprechen wir vom Hallux rigidus.

## Muss man den Hallux operieren?

Solange Sie nicht gestört sind, gibt es keinen Grund zu operieren. Auch bei starker Zunahme der Fehlstellung ist eine Operation immer noch möglich. Sie verpassen nichts, wenn sie abwarten. Gute Gründe für eine Operation sind Schmerzen.

## Sind die Schuhe schuld?

Meist ist es einfach Veranlagung. Solange Sie keine Schmerzen haben, können Sie tragen was Sie wollen. Wenn bestimmte Schuhe Schmerzen verursachen, sollten Sie diese besser nicht mehr tragen. Die Alternative zur Operation ist das Anpassen von Schuhen.

## Kann ich etwas machen?

Im Anfangsstadium des Hallux valgus können Sie den Verlauf eventuell verzögern mit Nachtschienen und mit Training der Fussmuskeln. Aufhalten lässt sich die Fehlstellung langfristig nicht.

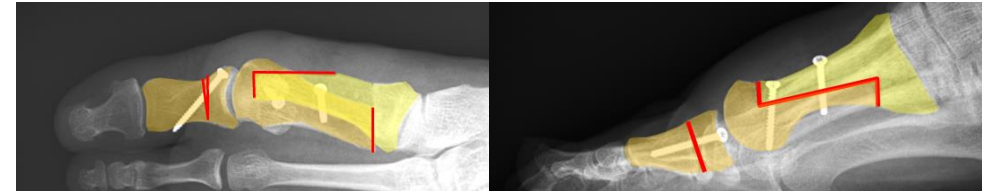
## Ich hab nur unter dem Vorfussballen Schmerzen, warum den nicht schmerzenden Hallux operieren?

In seiner schiefen Stellung nimmt die Grosszehe keine Last mehr auf, er weicht aus beim Abrollen, die Zehenballen der restlichen Zehen werden überlastet. Beim Geradestellen des Hallux ist die Krafteinleitung besser.

# Operation

## Operationstechnik Hallux valgus:

Die störende Vorwölbung ist das Gelenk selber. Wir werden es nicht einfach abschneiden, das verursacht eine Fehlstellungen und eventuell Schmerzen, wie Sie es vielleicht in Ihrem Bekanntenkreis schon erlebt haben. Wir werden Knochenschnitte hinter und vor dem Gelenk legen und so verschieben, dass der Knochen wieder gerade steht und nicht mehr drückt. Zwei bis drei Schrauben halten die Verschiebung, diese müssen in aller Regel nicht entfernt werden. Ab und zu muss eine andere Technik angewandt werden, wir erklären Ihnen die Details.



## Was für eine Narkose bekomme ich?

Prinzipiell stehen viele Möglichkeiten von Vollnarkose bis hin zur lokalen Betäubung offen. Sie werden Ihre Wünsche direkt mit den Narkoseärzten besprechen.

## Risiken

Die Erfolgsaussichten sind gut, prinzipiell sind die Risiken gering, wir werden Ihnen dies im Detail erklären. Zum Beispiel kann eine Fehlstellung entstehen, sei es wegen Über- oder Unterkorrektur oder weil die Fixation des Knochen nicht hält. Ev. braucht es dann eine zweite Operation.

