

Nedsunken forfod

Patientvejledning



NORDENS  PRIVATHOSPITAL

Patientvejledning
Dato: 01.10.2025

Nedsunken forfod

Årsag

Der kan være forskellige årsager til smerter i forfoden. Normalvis er det storetåen og lilletåen som klarer den største belastning, men ved nedsynkning af forfoden trykkes led hovederne på alle tæer ned mod underlaget, hver gang der er belastning på foden. Dette kan være meget smertefuldt, og der kan være store hudproblemer på fodsålen, hvorfor operation kan blive aktuelt.

Ved lette smerter vil man udskyde operation, og i stedet forsøge med forfodsindlæg i fodtøj. Har du nedsunken forfod, vil der ofte også være andre forandringer i fod/tæer som fx skæv storetå eller hammertæer.

Forventninger og forberedelse til operation

Speciallægen vil ved forundersøgelsen undersøge din fod, gennemse røntgenbilleder og ud fra dette, evt. tilbyde dig en operation for nedsunken forfod.

Du skal være tålmodig, da du først efter ca. 6 måneder vil kunne bedømme det endelige resultat af operationen, men langt de fleste opnår stor tilfredshed med operationen. Du skal forvente at anvende en hæl sko i 4-6 uger efter operationen.

Faste

Operation for nedsunken forfod foregår som oftest i lokal bedøvelse. Speciallægen aftaler med dig, hvis du skal i fuld bedøvelse og dermed faste.

Medicin

På operationsdagen må du ikke tage din vanlige medicin, medmindre andet er aftalt med kirurgen eller narkoselægen. Du bedes medbringe al din medicin i originalemballagen, så vi kan dosere den ved behov.

Rygning

For at opnå bedst mulig heling efter operationen anbefaler vi, at du ikke ryger i minimum 4 uger før og 4 uger efter operationen.

Sygdom

Hvis du er syg, beder vi dig kontakte os mhp. at finde en ny dato for operation. Det er vigtigt dit immunforsvar ikke er påvirket af virus/betændelse inden en planlagt operation.

På dagen

Tag gerne et bad på dagen eller aftenen inden din operation og mød op i behageligt og praktisk tøj til hjemturen. Det er VIGTIGT, at du tager et grundigt fodbad aftenen inden operationen.

Operation

På operationsdagen henter sygeplejersken dig i venteområdet. Du bliver gjort klar til operation, får forskellige informationer om forløbet og du får også mulighed for at tale med speciallægen som skal operere dig.

Operationen foretages som en såkaldt Veil-operation, hvor knoglerne skæres over lige over det ømme led hoved. Led hovedet kan herefter forskydes og holdes på plads med en lille skrue, så trykket fjernes. Operationstiden vil variere alt efter hvor mange led der er involveret.

Evt. suppleres operationen med en forlængelse af strækkesenerne eller overskæring af bøjeseenerne til tæerne. Til slut anlægges der en forbindelse, og du får en såkaldt hæl sko på.

Efter operationen

Er operationen foretaget i lokal bedøvelse er du klar til at tage hjem umiddelbart efter operationen er overstået. Du må ikke selv køre hjem. Du må kun støtte på hælen efter operationen, du låner krykkestokke på hospitalet.

Speciallægen ordinerer smertestillende medicin, som du skal tage i forløbet efter operationen. Der lægges en recept ud, så du kan hente medicinen på ethvert apotek. Hjemme igen

Du må forvente at have smerter i foden de første uger efter operationen. For at mindske hævelsen skal du ligge med foden opad (over hjertehøjde) de første døgn.

Forbinding og hæl sko må du ikke tage af før vi ser dig til kontrol ca. 14 dage efter operationen. Vi anbefaler, at du tager brusebad med en plastpose eller lignende over forbindingen evt. siddende på en taburet.

Det er vigtigt, at du hurtigt kommer i gang med at træne bevægeøvelser. Vi har på hospitalet instrueret dig i de første vigtige øvelser.

Sygemelding efter operationen vil afhænge af dit arbejde. Kontorarbejde eller lignende kan genoptages efter 2-3 ugers sygemelding, mens tungere fysisk arbejde kræver 2-3 måneders sygemelding.

Kontrol

Vi indkalder dig til kontrol ca. 14 dage efter operationen, her fjerner vi sting, skifter forbinding og du får igen hælskoen på. Vi indkalder dig til yderligere en kontrol ca. 6 uger efter operationen.

Komplikationer

Der vil altid være en lille risiko for komplikationer til en operation, herunder meget lille risiko for infektion i såret. Det er almindeligt at opleve hævelse og blålig misfarvning efter operationen. Der er en meget lille risiko for at få blodprop i benet, hvorfor det er vigtigt at få godt gang i genoptræning og lave venepumpeøvelser.

Du er altid velkommen til at kontakte os før/efter din undersøgelse/behandling, hvis du har spørgsmål til forløbet. Vores dygtige personale er klar til at hjælpe dig.

NORDENS PRIVATHOSPITAL

Gasværksvej 4, 2. sal
9000 Aalborg

Enghavevej 30, 1. sal
7100 Vejle

Telefon: 69177171

Mail: mail@nordensph.dk

Web: www.nordensprivathospital.dk