

مددجوی عزیز:

باسلام و آرزوی سلامتی برای شما، امیدواریم از لمظاتی که در کنار شما بودیم رضایت کافی داشته باشید و هر چه سریعتر به آغوش خانواده و جامعه بازگردید. این پمفلت آموزشی جهت افزایش اطلاعات شما در مورد عمل جراحی، مراقبت ها، رژیم غذایی و پیشگیری از عوارض آن در اختیار شما قرار گرفته است.

هالوکس والگوس (قوزک انگشت شست)

هالوکس و الگوس یکی از مشکلاتی است که برای انگشت شست پا به وجود می آید. هالوکس نام لاتین انگشت شست پا و والگوس یک اصطلاح آناتومیکی به معنای زاویه دار شدن به سمت خارج از خط میانی بدن می باشد.

در این عارضه مفصل بین استخوان متاتارس اول (اولین استخوان کف پای) و بند اول انگشت شست به سمت خارج زاویه دار می شود .

بسیاری از مسائلی که در پا اتفاق می افتد ناشی از فشار یاسائیدگی غیر طبیعی است در مورد هالوکس والگوس بیشتر علائمی که به مرور زمان

بروز می کند به علت گیرافتادن پوست و بافت نرم بین استخوان از داخل و کفش از خارج به وجود می آید. در صورتی که کفش فرد تنگ بوده فضای کافی برای انگشتان نباشد. این مشکل بدتر می شود.

کاهش درد منوط به برداشتن فشار است برداشتن فشار از خارج به واسطه تغییر در ساختار کفش و از داخل از طریق جراحی و برداشتن برجستگی استخوانی امکان پذیر است.

علائم:

علائم معمولاً در مرکز برجستگی (یعنی بونیون) متمرکز می شود. مرکز برجستگی دردناک شده و در موارد شدت یافتن مسائلی از لحاظ زیبایی ایجاد می کند. در نهایت افزایش بدشکلی انگشت سبب آسیب به انگشت دوم می شود به شکلی که ممکن است آن را به زیر شست و یا روی شست جا به جا کند.

درمان غیر جراحی:

شامل فیزیوتراپی و استفاده از کفش هایی است که جلوی پنجه آن ها پهن باشد. پدهای بونیون (لای انگشتی) نیز می تواند فشار و سایش را کاهش دهد. وسایلی به عنوان جداکننده انگشتان نیز وجود دارند که به شکل یک اسپلینت برای انگشت استفاده می شود.

استفاده از کفی طبی نیز به حمایت قوس پا و بهبود راستای انگشت شست کمک می کند به خاطر داشته باشید که برای ازبین رفتن درد و التهاب باید تا چندین هفته از فعالیت های شدید خودداری کنید گاهی برای کاهش التهاب در ناحیه از تزریق کورتون استفاده می شود. درمان های فیزیوتراپی مثل اولتراسوند ، حرارت مرطوب و ماساژ بافت نرم نیز همگی در جهت بهبود درد و التهاب این ناحیه می باشد.

درمان جراحی:

اگر همه در مان های غیرجراحی در کنترل علائم ناموفق باشند، درمان جراحی پیشنهاد می شود.

اصول جراحی و مراقبت ها شامل موارد زیر است:

- برداشتن بونیون (مرکز برجستگی)

-اصلاح راستای استخوان های کف پا در جهت انگشتان شست

-ایجاد تعادل در عضلات اطراف مفصل برای جلوگیری از بازگشت دفورمیتی

حدود یک هفته از پانسمان و بانداژ استفاده می شود تا 8 هفته پس از جراحی نیز پا باید در گچ قرار گیرد تا استخوان ها بهبود یابند. در صورتی که بخیه ها از نوع جذب شونده نباشد حدود 10 الی 14 روز پس از جراحی باید کشیده شود. مراقبت های پس از جراحی شامل پوشیدن کفش های جلو پهن باپاشنه استاندارد می باشد

	عنوان سند: هالوکس والگوس	
	شماره سند: 125- PA- BH- شماره ویرایش: 00 شماره بازنگری: 00 تاریخ تدوین: بهمن 97	

هالوکس والگوس (قوزک انگشت شست پا)

(آموزش به مددجو)

کمیته آموزش به بیمار

بیمارستان و زایشگاه بنت الهدی

منبع: Up to date

آدرس: مشهد - فیابان بهار

تلفن تماس: 5 - 05138590051

اینستاگرام: Zayeshgah.bentolhoda

Bentolhoda-hospital-maternity