



## Instruccions per a la cirurgia percutània del peu

En aquesta guia trobareu informació referent a la cirurgia percutània del peu, si el vostre problema té solució quirúrgica:

- Galindons o dits martells (*hallux valgus*).
- Determinades deformitats de dits.
- Dolor plantar per patologia metatarsiana.
- Galindons i “durícies”.
- Fasciïtis plantar.

Si us han proposat la correcció per cirurgia percutània mínimament invasiva (MIS), que no es tracta de cirurgia làser, heu de saber que:

- Aquesta tècnica quirúrgica corregeix les deformitats mitjançant petites incisions cutànies guiades per un aparell de rajos X.
- Acostuma a ser cirurgia ambulatoria (Unitat de Cirurgia Sense Ingrés -UCSI-). Només en casos molt concrets caldrà ingressar.
- Per aconseguir un resultat final òptim, és imprescindible la vostra col·laboració amb els embenats i la mobilització dels dits.
- Recordeu que heu d'estar vacunats del tètanus abans de la intervenció.
- En alguns casos pot ser necessària una segona intervenció per aconseguir la correcció completa de les deformitats.

### Quin material haureu de portar el dia de la intervenció?



1. Sabata postoperatoria de sola rígida.
2. Separador de dits (segons el cas).
3. Banda metatarsal amb velcro (excepte en la fasciïtisplantar).

**On puc comprar aquest material?** A farmàcies i ortopèdies.

### Quan puc començar a caminar i a sortir al carrer?

Podeu caminar amb moderació des del dia mateix de la intervenció i sortir al carrer quan hagin passat unes 48 hores des de la cirurgia. Durant el primer mes, heu d'intercalar estones de repòs amb la cama aixecada. Per obtenir bons resultats cal que camineu recolzant tot el peu, com ho faríeu normalment.

### Quan podré rentar-me el peu?

Després de la primera cura a consultes externes indicarem quan ho podreu fer i com. Al mateix temps que us feu les cures indicades pel metge/ssa, per facilitar el retorn venós, us haureu de fer banys d'aigua freda amb massatges.

### Quant de temps he de fer servir la sabata postoperatòria? Podré conduir?

De mes a mes i mig, depenent de les deformitats corregides, però en alguns casos pot ser més temps. **Amb la sabata postoperatòria no es pot conduir.**

### Quan podré tornar a treballar?

Depenent del tipus de feina: de mes i mig a 3 mesos. En alguns casos es pot perllongar.

### Després de la cirurgia

La primera cura l'heu de fer a consultes externes després de la intervenció. Recordeu que heu de portar **una faixa amb velcro i el separador**:

- Us retirarem l'embenat quirúrgic.
- Col·locarem el separador (depenent del tipus de la intervenció).
- Posarem la faixa amb velcro. Recordeu que l'heu de dur durant les 24 hores, però que a la nit l'heu d'afluixar.
- Us ensenyarem els exercicis a fer per moure correctament el peu.
- També us informarem dels controls següents (amb radiografia prèvia) a consultes externes.

### Si us han fet osteotomies dels metatarsians centrals per dolor plantar heu de tenir en compte que:

- Podeu tenir inflamació i molèsties al dors del peu durant mesos i també necessitareu un embenat simple de compressió mentre hi hagi inflamació. A causa de la correcció quirúrgica és possible que noteu que el peu és més ample els primers mesos. La cirurgia pot canviar la forma del peu, de vegades de forma permanent.
- Es pot perllongar l'ús de la sabata de sola rígida durant mesos, en funció de l'evolució clínica/radiològica.
- Una vegada que us pugueu treure la sabata postoperatòria, es recomana portar un calçat de puntera ample (tipus Barefoot o respectuós amb el peu) per evitar la recidiva de les deformitats, similar al de la foto.



### Recordeu que:

- La vostra col·laboració és essencial.
- Diàriament heu de fer exercicis amb els dits: durant 10 minuts i 3 cops al dia.
- La inflamació i el dolor del peu poden durar uns mesos.
- La mobilitat dels dits pot ser deficient durant molts mesos.
- Si necessiteu contactar amb la UCSI, ho podeu fer de dilluns a divendres de 8 a 21 hores mitjançant el telèfon 93 502 90 70.