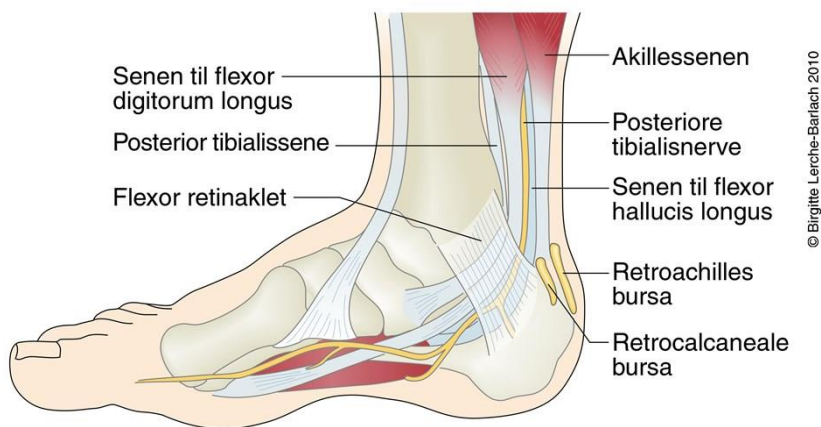


Nerveindklemning i fod (tarsaltunnelsyndrom)

Tarsaltunnelen er et snævert rum som ligger på undersiden af anklen. Tunnelen er dækket af et tykt ledbånd (flexor retinaculum) som beskytter strukturerne i tunnelen - blodkar, sener og nerver.



Symptomer på Tarsaltunnelsyndrom

- Smerter
- Ændret følelse på indersiden af anklen og/eller under foden
- Snurrende og brændende følelse samme sted

Symptomerne kommer oftest i forbindelse med aktivitet eller i hvile om aftenen/natten.

Årsager

Symptomerne kan opstå enten, hvis der sker en forsnævring af kanalen, eller hvis der er noget i tarsaltunnelen, der begynder at fylde mere, så der ikke er plads til nerven.

Seneknuder, seneskedebetændelse, åreknuder, sukkersyge, gigtlidelse, forstuvning eller andet traume eller tiltagende platfod kan også være en årsag.

Diagnosen

Typiske symptomer er ømhed når man banker forsigtigt på nerven. Nerveledningsundersøgelse (EMG) kan bruges til at udelukke, at symptomerne i fod skyldes tryk på nerven i ryggen eller andre steder.

Det kan også blive aktuelt med en MR-skanning af foden for at få afklaret evt. årsager til tryk på nerverne.

Ikke operative behandlinger

- Hvile
- Afkøling med is 20 min. ad gangen, gerne flere gange dagligt, men ikke hyppigere end 1 gang i timen
- Behandling med gigtmicin
- Fysioterapi, ultralyd og øvelser kan muligvis mindske symptomerne
- Injektion med lokalbedøvelse samt binyrebarkhormon kan evt. også forsøges
- Anvendelse af gode sko, som ikke trykker på indersiden af anklen
- Gode svangstøttende indlæg

Hvis ikke et eller flere af ovennævnte tiltag er succesfuldt, kan man overveje operation med frilæggelse af nerven i tarsaltunnelen (succesrate ved operation er i henhold til litteraturen ca. 75%).

Operation

Operationen foregår altid i fuld bedøvelse, og kan ikke laves som en kikkertoperation, da man er nødt til at have fuldt overblik over operationsområdet, pga. de mange forskellige strukturer, der ligger i tarsaltunnelen sammen med nerven. Man laver derfor et snit på indersiden af anklen på ca. 7-10 cm, hvor man frilægger nerven (se billede).



I forbindelse med operationen gives der antibiotika for at mindske risikoen for infektion mest muligt.

Efter operationen

- Vi anbefaler at du aflaster med krykker og uden at støtte de første 10-12 dage efter operationen indtil stingene fjernes
- Det er vigtigt at holde foden højt, især de første par dage efter operationen
- Du får en blød bandage, som kan formindskes 3-4 dage efter operationen
- Sædvanligvis er der ikke så mange smerter efter operationen, men du vil dog få udleveret smertestillende medicin til de første dage
- Har du et stillesiddende arbejde, kan dette genoptages 2-3 uger efter operationen. Ved hårdt fysisk arbejde er mindst 4 uges sygemelding nødvendigt
- Sport kan først genoptages tidligst 4 uger efter operation. Kontaktsport, løb og lignende kan genoptages tidligst 6-8 uger efter operationen
- Du vil få tilbudt en kontroltid til stingfjernelse 12-14 dage efter operationen og herefter kontrol ved evt. behov

Komplikationer

- Infektion er altid en lille risiko, der må tages i betragtning
- Nerveskade - af og til vil man også efter operationen have nedsat følelse i det område nerven forsyner, eller dele af området. Det er altid svært at vurdere om følelsen genoprettes helt, og i hvert fald må man være indstillet på, at det kan tage lang tid inden følelsen er normal igen.

Du er altid velkommen til at kontakte os for yderligere oplysninger.

Venlig hilsen

PRIVATHOSPITALET MØLHOLM

Fod- og ankelklinikken