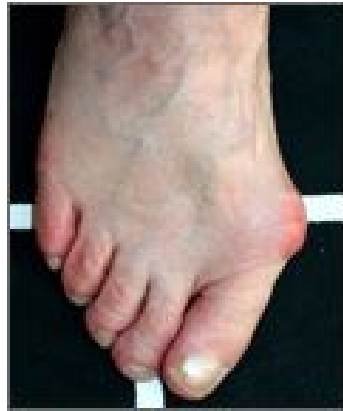




کلینیک ارتوپدی فنی
دانشکده علوم توانبخشی
دانشگاه علوم پزشکی ایران

هالوکس والگوس (قوزک شست)



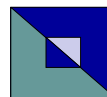
به اهتمام: خانم نرگس دانش افروز

بلوار میرداماد، میدان مادر، خیابان شاه نظری،
خیابان مددکاران، دانشکده علوم توانبخشی
تلفن: ۰۲۲۲۲۰۹۴۷، ۰۲۲۲۲۸۰۵۱-۲
۲۲۲۲۷۱۵۹



خلاصه

پا به عنوان یکی از اعضای مهم بدن در تحمل وزن و راه رفتن از حساسیت ویژه‌ای برخوردار می‌باشد. اختلالات پا اغلب ناشی از مشکلات کفش بوده و اولین گام در درمان این اختلالات اصلاح وضعیت کفش می‌باشد. استفاده از کفش‌هایی که جلوی آنها پهن است، برای انگشتان فضای کافی ایجاد کرده و فشار را از روی انگشت شست برمی‌دارد. استفاده از کفی طبی نیز به واسطه ساپورت قوس طولی پا، راستای انگشت شست را بهبود می‌دهد. یکی دیگر از راه‌های بهبود هالوکس والگوس استفاده از پد لای انگشتی در کفش است. البته در صورت پهن نبودن جلوی کفش و نبود فضای کافی برای انگشتان می‌تواند مشکل آنها را بدتر نماید. استفاده از اسپلینت‌های شبانه به دلیل جدا کردن انگشت شست از سایر انگشت‌ها در طول شب از پیشرفت این مشکل جلوگیری می‌کند. با این وجود باید به خاطر داشت که گاهی برای برطرف نمودن التهاب و درد، درمان‌هایی مثل روش‌های فیزیوتراپی و تزریق کورتیزون در ناحیه درناک اجتناب ناپذیر است. در صورتیکه هیچ یک از این درمان‌ها وضعیت بیمار را بهبود نداد، جراحی پیشنهاد می‌شود.



سامانه اطلاع رسانی عمومی

استفاده از کفی طبی نیز به ساپورت قوس پا و بهبود راستای انگشت شست کمک می‌کند. تغییرات داخل کفش می‌تواند راه رفتن را خیلی زود بهبود دهد، با این وجود بیمار باید به خاطر داشته باشد که برای از بین رفتن درد و التهاب باید تا چندین هفته از فعالیت‌های شدید خودداری نماید. گاهی برای کاهش التهاب در این ناحیه از تزریق کورتیزون استفاده می‌شود. درمان‌های فیزیوتراپی مثل اولتراسوند، حرارت مرطوب و ماساژ بافت نرم نیز همگی در جهت بهبود درد و التهاب این ناحیه می‌باشند. درمان‌های شامل استفاده از جریان‌های ضعیف الکتریکی برای بهبود التهاب و زخم در ناحیه است. این درمان‌ها به ویژه برای بیمارانی که قادر به تحمل تزریق نمی‌باشند مؤثر است.

درمان جراحی

اگر همه درمان‌های غیر جراحی در کنترل علائم ناموفق باشند، درمان جراحی پیشنهاد می‌شود. بیش از ۱۰۰ روش جراحی برای درمان هالوکس والگوس وجود دارد. اصول همه این روش‌های جراحی شامل موارد زیر می‌باشد:

- برداشتن بونیون
 - اصلاح راستای استخوان‌های کف پا در جهت انگشت شست
 - ایجاد تعادل در عضلات اطراف مفصل برای جلوگیری از بازگشت دفورمیتی
- حدود یک هفته از پانسمان و بانداژ استفاده می‌شود. تا ۸ هفته پس از جراحی نیز باید پا در کفش‌های مخصوص با زیره چوبی یا گچ قرار گیرد تا استخوان‌ها بهبود یابند. در صورتیکه بخیه‌ها از نوع حل شونده نباشند، حدود ۱۰ الی ۱۴ روز پس از جراحی باید کشیده شود. مراقبت‌های پس از جراحی برای جلوگیری از بازگشت دفورمیتی شامل پوشیدن کفش‌های جلو پهن با پاشنه استاندارد می‌باشد.

درمان غیر جراحی

درمان غیر جراحی هالوکس والگوس شامل فیزیوتراپی و استفاده از کفش‌هایی است که جلوی پنجه آنها پهن باشد. درمان هالوکس والگوس تقریباً همیشه با پوشیدن یک کفش مناسب برای شرایط پا آغاز می‌شود. در مراحل اولیه هالوکس والگوس، تبدیل یک کفش جلو باریک به یک کفش جلو پهن با فضای کافی برای انگشتان پیشروی این دفورمیتی را متوقف می‌کند.



از آنجا که درد بونیون ناشی از فشار کفش است، درمان بر برطرف نمودن این فشار متمرکز می‌باشد.

پدهای بونیون (لای انگشتی) نیز می‌توانند فشار و ساییش ناشی از کفش را کاهش دهند.



در ضمن وسایلی به عنوان جدا کننده



انگشتان نیز وجود دارند که به شکل یک اسپلینت برای انگشت شست با نیروهای دفورمه کننده مقابله می‌کنند. این وسایل می‌توانند به صورت اسپلینت‌های شبانه هالوکس والگوس برای شب و پد لای انگشتی برای درون کفش در طی روز مورد استفاده قرار گیرند.



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 هالوکس والگوس معمولاً در مرکز برجستگی که بونیون نامیده میشود، متمرکز می‌گردد. این بونیون دردناک شده و در موارد شدت یافتن دفورمیتی مسائلی از لحاظ زیبایی ایجاد می‌کند. پیدا کردن کفش مناسب به خصوص برای بانوان بسیار مشکل می‌شود به حدی که پوشیدن کفش‌های عادی و با ظاهر مناسب به صورت یک مسأله در می‌آید. در نهایت افزایش دفورمیتی موجب آسیب به انگشت دوم می‌شود به شکلی که ممکن است آن را به زیر شست و یا روی شست جابه‌جا نماید. در صورتیکه انگشت دوم روی انگشت شست قرار گیرد، ساییش آن با کفش مشکلاتی را در این انگشت ایجاد خواهد نمود.



مقدمه

هالوکس والگوس یکی از

مشکلاتی است که برای انگشت شست به وجود می‌آید. هالوکس نام پزشکی انگشت شست و والگوس یک اصطلاح آناتومیکی به معنای زاویه دار شدن به سمت خارج از خط میانی بدن می‌باشد.

در این عارضه مفصل بین

استخوان متاتارس اول (اولین استخوان کف پای) و بند اول انگشت شست به سمت خارج زاویه دار می‌شود.



علت

بسیاری از مسائلی که در پا اتفاق می‌افتد ناشی از فشار یا سائیدگی غیر طبیعی است. در مورد هالوکس والگوس، بیشتر علل آنی که به مرور زمان بروز می‌کند، به علت گیر افتادن پوست و بافت نرم بین استخوان از داخل و کفش سخت از خارج به وجود می‌آید. هرگونه برجستگی، یا برآمدگی در استخوان شرایطی را بوجود خواهد آورد که برآمدگی به مرور بدتر شود. واکنش پوست به سائیدگی و فشار دائمی کفش، تشکیل کالوس است. بافت نرم زیر پوست طی همین روند ضخیم‌تر میشود. کالوس ضخیم و بافت نرم ضخیم زیر آن هر دو حساس و دردناک می‌شوند. در صورتیکه کفش فرد تنگ بوده و فضای کافی برای انگشتان نباشد، این مشکل بدتر می‌شود.