

## *Hallux valgus*

Tyrimai rodo, jog apie 30 proc. pasaulio žmonių turi iššokusį pėdos kauliuką. Iššokęs kojos kauliukas, tai didžiojo kojos piršto iškrypimas į išorę ir pirmojo padikaulio pasislinkimas į vidinę pusę. Medicininis šios patologijos pavadinimas yra Hallux Valgus („Hallux“ lotyniškai - didysis pirštas, „valgus“ - apibūdina iškrypimą į išorę), bet pacientai dažniausiai šią problemą apibūdina paprastai – iššokusiu kojos kauliuku. **Hallux valgus**- tai medicininė būklė, kurią sukelia didžiojo piršto nukrypimas nuo pėdos vidurinės linijos link kitų pirštų. Ilgainiui iškrypęs didysis kojos pirštas pacientui ima kelti diskomfortą ir skausmą, todėl pastebėjus pėdos pokyčius reikėtų kreiptis į gydytoją-ortopedą ir spręsti, kaip sumažinti deformacijos progresavimą.

Šią būklę gali sukelti įvairūs veiksniai, įskaitant genetinį polinkį, nepatogios avalynės avėjimą, plokščiapėdystę ir senėjimą. Hallux valgus simptomai gali sukelti skausmą, uždegimą, didžiojo piršto iškrypimą ir ribotą pėdos judrumą.

Hallux valgus gydymui taikomi konservatyvūs metodai: tinkamos avalynės, ortopedinių įdėklų naudojimas, fizioterapija ir pratimai pėdos raumenų stiprinimui. Kai kuriais atvejais, ypač kai hallux valgus sukelia reikšmingą skausmą ir apsunkina kasdieninį gyvenimą, gali prireikti chirurginio gydymo, kad būtų ištaisyta piršto deformacija ir pašalintas kaulinis išsiplėtimas.

Jei įtariate turintys hallux valgus ar patiriate skausmą ir diskomfortą didžiojo piršto srityje, svarbu pasikonsultuoti su sveikatos priežiūros specialistais, dažniausiai su ortopedu-traumatologu, kuris nustatys geriausią gydymo metodą konkrečiu atveju. Švenčionių rajono sveikatos centre pakonsultuos ir gydymą paskirs patyręs gydytojas ortopedas traumatologas Viktor Rybka.

*Parengė gydytojas ortopedas – traumatologas Viktor Rybka*