

Kysymys 5: Miten virheasennon voi torjua ennakolta?

Virheasennot torjutaan välttämällä edellä mainittuja jalkaterän virheellisiä asentoja. Lisäksi kannattaa välttää ylipainon syntymistä.

Kysymys 6: Miten voi itse hoitaa vaivaisenluuta ja vasaravarpasta?

Vastaus: Vaivaisenluun hoitoon on saatavilla varvasväliin asetettavia "tyynyjä" ja erilaisia venytyslaitteita, jotka hidastavat sairauden etenemistä ja jonkin verran myös parantavat sitä.

Vasaravarpaan hoitoon ei ole kovin hyviä apuvälineitä, sen sijaan "vasaran" päälle muodostuvaa känsää voidaan hoitaa raspilla, pehmentävillä laastareilla tai antaa hoito jalkahoitajan tehtäväksi.

Kysymys 7: Olisiko parasta heti hakeutua leikkaukseen?

Vastaus: Oireilevat vaivaisenluut ja vasaravarpaat leikataan. Kipu on selkeä syy hakeutua leikkaushoitoon. Myös silloin kun jalkineiden löytyminen alkaa olla ongelma, kannattaa hakeutua leikkaushoitoon.

Kysymys 8: Onko ikäraja korjaukseen menolle?

Vastaus: Leikkausta ei mielellään tehdä vielä kasvuiässä, ellei kysymyksessä ole jalkaterän nivelsairaus (esim. reuma). Yläikärajaa ei ole. Leikkauksen tarve määritellään potilaan kunnon ja esim. vanhuksilla liikkumiskyvyn ja -tarpeen perusteella.

Kysymys 9: Onko erilaisia tapoja korjata?

Vastaus: Tapoja on hyvinkin monia. Kirurgi valitsee leikkaustyyppin yksilöllisesti huomioon ottaen varpaan virheasennon asteen, nivelen kunnon ym. seikat, joskin ns. "perusleikkaukset" ovat tavallisimpia.

Kysymys 10: Miten leikkaukseen hakeudutaan?

Vastaus: Se tapahtuu lääkärin lähetteellä, jonka voi saada terveyskeskuksesta tai yksityislääkäriltä.

Kysymys 11: Mikä on onnistumisprosentti?

Vastaus: Sekä vaivaisenluu- että vasaravarvasleikkaukset onnistuvat erittäin hyvin. Harvoin näkee huonoja lopputuloksia. Kirurgin on kuitenkin muistettava, että hyvä lopputulos on potilaan ja kirurgin yhteistyön tulos. Jälkihoito-ohjeiden noudattaminen on potilaalle yhtä tärkeää kuin leikkaus.

Kysymys 12: Onko vakavampia seurauksia, jos ei leikkauta?

Vastaus: Eipä juuri. Joskus hankalissa virheasunnoissa varpaitten ristiinmeno invalidisoi potilasta. Silloinkin vielä voidaan leikata, ja potilaan tilanne paranee huomattavasti, mutta lopputulos ei enää ole ihan yhtä hyvä kuin "aikoinaan" korjattaessa.

Kysymys 13: Onko saavutettu korjaustulos pysyvä?

Vastaus: Yleensä on, ellei potilaalla ole reumaa tai muuta etenevää nivelsairautta.

Kysymys 14: Kuinka pitkä on sairausloma leikkauksen jälkeen?

Vastaus: Potilaan työkyvyttömyysaika riippuu hänen ammatistaan, mutta molemmiin-

puolisen vaivaisenluuleikkauksen jälkeen se on noin 4-6 viikkoa, leikkauksen jälkeen 4 viikkoa ja vasaravarvasleikkauksen jälkeen noin 3 viikkoa.

Kysymys 15: Minkä hintainen leikkaus on?

Vastaus: Leikkauksen kokonaiskustannukset ovat noin 3000-5000 markkaa. Julkisessa terveydenhuollossa ts. sairaalassa leikattaessa potilas maksaa siitä noin 400 markkaa, ja loput maksaa kotikunta yhteisistä verovarjoista.

Yksityisissä sairaaloissa potilaan osuus on 2000-3500 markkaa, ja loput maksaa Kela sairausvakuutustaksan mukaisena palautuksena. Nykyisin monet kunnat ostavat leikkauspalveluita yksityisiltä lääkärikeskuksilta, jolloin potilaan kustannukset kunnasta riippuen ovat 250-400 markkaa, ja kunta maksaa loput samalla periaatteella kuin ostaessaan julkiselta palveluntuottajalta.

Kysymys 16: Voiko varpaan päästä katkaista vähän pois, jotta löytyisi helpommin sopivan kokoinen kenkä?

Vastaus: Muista varpaista voi lyhentää, muttei ukkovarpaasta, koska se häittäisi kävelyä.

* * *

Kitty Seppälä kirjoittaa MADAME-lehdessä:

Vaivaisenluun estäminen ja hoito.
Koukistele isovarvasta korokkeen päällä niin alas kuin saat. Jännitä 6 sekuntia. Toista 10 kertaa.



ISOKOKOISEN LAPSEN HOITO-OHJEITA 30-LUVULLA.

Edessäni on professori (sittemmin arkkiatri) Arvo Ylpön 5.4.1934 päivää kirje. Se on professorin ja isäni käymää kirjeenvaihtoa, joka koski isokokoisien lapsen, "Maiju-tyttösen", terveyttä. Ylppö kirjoittaa:

"Isokasvuisille ja roteville lapsille syntyy sangen helposti pitkäaikaisia ruumiinlämmön kohoamisia tilapäiskuumetautien jälkitilana. Tavallista nopeampi kasvu jo sellaisenaan tavallaan aiheuttaa liikalämpöä. Isoilla (ns. lymfaattisilla) lapsilla ovat imurauhaset tavallista suuremmat, ja niihin jää tautien jälkeen basilleja pitemmäksi aikaa kuin muilla lapsilla. Ruumiillinen liikunta synnyttää tällaisilla lapsilla helposti ns. "työkuumetta". Kun tyttö lepää keskipäivällä 1½ tunnin ajan, on kuume taas hävinnyt. Kylpyveteen voisitte sekoittaa ¼ paketin sisällöstä Ozonion-jauhetta, jolla saadaan aikaan ns. happikylpy. Viikossa 2 kertaa 37 asteinen kylpy 3 minuutin ajan..."

Minua kiinnostaisi tietää, onko joku teistä muista isokokoisista kokenut vastaavaa kuumeilua, ja mitä siltä on teille lääkäri sanonut. Onko tuollainen kuumeilu vain "entisaikaa" ja myös Ylpön ohje vanhanaikainen? Jos asiasta on jotakin tietoa jollakulla, niin kerro. Tervelsin

MAIJU HAVINEN

PS. Suututti, kun piti kouluikään saakka nukkua ne päiväunet. Alistuin kuitenkin kuuliaisesti määräyksiin.

* * *