



## [Ben och fötter](#)

Mortons sjukdom innebär att du har ont i främre delen av foten. Det beror på att en nerv under en längre tid klämts mellan två av framfotens ben. Då kan nerven förtjockas och klämmas ytterligare.

Mortons sjukdom kan bero på skor som passar dåligt eller är för hårt åtsnörda. Den kan också bero på att det främre fotvalvet är lite nedsjunket. Men ofta finns det ingen tydlig orsak.

De flesta blir av med besvären genom att byta skor eller skaffa speciella skoinlägg.

Mortons sjukdom är ganska vanlig och förekommer i alla åldrar.

Mortons sjukdom innebär att du har ont i främre delen av foten.

Vanliga symtom vid Mortons sjukdom:

- Främre delen av foten domnar tillfälligt bort.
- Det gör mycket ont i framfoten. Det kan ibland kännas brännande och skärande.

Besvären brukar bli värre när du belastar foten.

Kontakta en [vårdcentral](#) om du har mycket ont i foten och det inte går över.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Bra skor minskar besvären. Skorna ska vara breda och ha stöd för den främre delen av fotvalvet. Det finns skoinlägg som kan avlasta främre fotvalvet så att nerverna inte ligger i kläm. Skoinläggen kallas för främre pelott.

Skoinläggen kan köpas i vissa skobutiker eller provas ut hos en ortopedskotekniker.

En kortisonspruta kan ge lindring om du har stora besvär och inläggen inte hjälper tillräckligt.

Ibland behövs en mindre operation för att minska trycket på nerven. Du kan behöva vara [sjukskriven](#) efter operationen om du har ett arbete där du står mycket.

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård](#).

Även [barn ska få vara delaktiga i sin vård](#).

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också [möjlighet att få hjälp av en tolk om du till exempel har en hörselnedsättning](#).

---

 Hjärna, ryggmärg och nerver

 Skelett och leder

Senast uppdaterad:

2023-02-08

Redaktör:

Katja Öster, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Mattias Sjöberg, läkare, specialist i allmänmedicin, Fålhagens vårdcentral, Uppsala

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

---

Skelettet håller oss upprätta, skyddar våra inre organ och är fäste för musklerna. Skelettets ben hålls ihop med leder. I lederna kan benen röra sig mot varandra. Det gör att hela kroppen kan röra sig.

---

Nervsystemets uppgift är att ta emot och att förmedla signaler från och till kroppens olika sinnen och kroppsdelar. Det gör att kroppens olika delar kan samarbeta.

---

Att bli sjuk och sjukskriven en period påverkar din ekonomi. Du kan behöva betala för sjukvård och läkemedel. Sjukpenningen är lägre än lönen. Det finns ställen att vända sig till för att få råd och stöd om du inte klarar av att betala dina utgifter.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).