

Metarsalgi

Vårdnivå och remiss

Primärt bedömning via Primärvården. Vid utebliven effekt av konservativ behandling och om patienten önskar operation skickas ortopedremiss. Glöm inte röntgen.

Diagnostik och utredning

Med metatarsalgi menas vanligen smärta under metatarsalbenshuvuden (MTP-lederna) i främre fotbladet. Uttrycket används dock lite slarvigt om smärta av olika genes i hela framfoten.

Orsaker till smärta under fotbladet förutom hallux valgus, hammartå och Mortons kan vara:

- Synovit i MTP-led, ospecifik eller kopplad till reumatisk sjukdom. Ger svullnad ovanpå och under MTP-leden. Oftast är 2:an drabbad. Syns ofta på fotryggen. Instabilitet i MTP-led på grund av tidigare synovit.
- Tidigare fraktur i metatarsalben som ger ökad belastning under ett ledhuvud (röntgen med "belastad framfot" kan ofta vara av värde).
- Aktuell stressfraktur/marchfraktur i metatarsalben. Tänk på detta vid oklar svullnad + smärta i nedre fotryggen. Här kan beställning av MR vara aktuellt för primärvårdsläkare. Om misstanken kommer först minst 4v efter smärtdebut kan diagnosen ofta hittas med slätröntgen.
- Som resultat av vissa felställningar i bakfot.
- Idiopatisk.

Behandling

I nästan alla fall bör man prova stabila skor med anpassade inlägg. Hur inläggen ska utformas beror på om felställning/hammartår finns. Se nedan. Egenvård av förhårdnader eller hos fotvårdare. Ibland olika mindre skyddande förband mot skav på utsatta tår/knölar. Sjukgymnastik/fotträning kan ha effekt om inte större felställning eller synovit finns.

Inlägg

Vanligen mjukt inlägg med främre pelott. Finns tendens till plattföthet bör hälften stödjas.

Vid hammartå pressas metatarsalhuvudet ned i fotsulan i större utsträckning. Om det är uppenbart att ett av huvudena står ned på undersidan kan ofta "urskålning" under just det ledhuvudet läggas till. Ibland fylls urskålningen med mjukare material som stötdämpning. Eventuellt uppstående tår bör få plats på höjden i främre delen av skon (skor med högre "tåbox" finns på ortopedtekniska). Har patienten köpt standardinlägg som inte hjälper bör specialanpassat inlägg göras på ortopedtekniska eller hos större erfaren privat aktör. Rabatterat inlägg får man endast om tillståndet är rest efter tidigare fraktur.

Andra hjälpmedel

Tåspridare. Tåhylsa.

Behandling hos ortoped

Utökad diagnostik. Värdering av insatta behandlingsåtgärder. Vid synovit prövas ibland intraartikulär ledinjektion. Operation av hallux valgus eller tåfelställningar om de bedöms vara orsak till metatarsalgin.

Sjukskrivning

[Samarbete mellan primärvård och ortopedi i sjukskrivningsärenden](#)

[Sjukskrivning vid vissa fötfötsbesvär](#), [Försäkringsmedicinskt beslutsstöd](#),
[Socialstyrelsen \(nytt fönster\)](#).

Rehabilitering

Se ovan under rubrik Behandling.

Mer information

Detta är en fördjupning till [Framfötsbesvär](#)

Uppdaterad: 2021-10-27

Åsa Pettersson, Bra Liv Hälsan 2 vårdcentral, Vårdcentralerna Bra Liv
fakta@rjl.se