teamolmed

Skor och inlägg vid Polyneuropati

Pia Flisberg, leg Ortopedingenjör

teamolmed

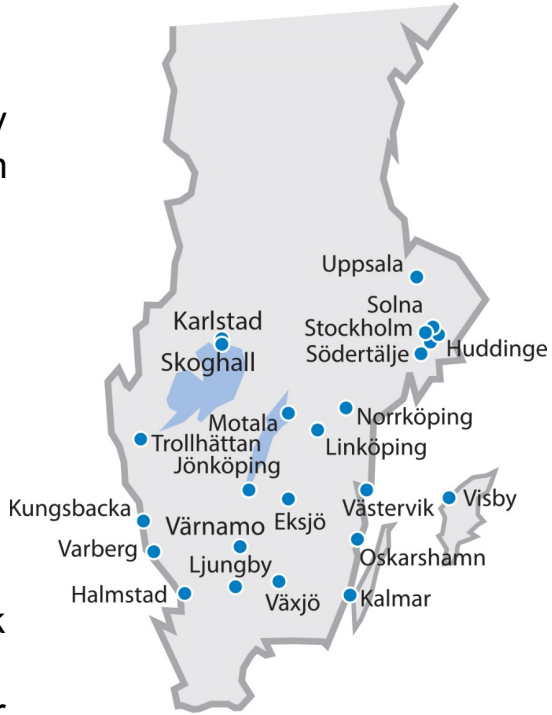
Detta är TeamOlmed

TeamOlmed är, efter en sammanslagning av Team Ortopedteknik Olmed Ortopediska, Sveriges största ortopedtekniska företag. TeamOlmed ägs sedan 2013 av Össur som är en världsledande produktleverantör till den ortopedtekniska branschen.

Företaget har huvudkontor i Kista och 23 enheter runt om i landet. Antalet anställda är cirka 400 personer.

Företaget tillverkar, anpassar och förser patienter med ortopedtekniska hjälpmedel.

TeamOlmed driver också butikskedjan TeamOlmed Butik med
inriktning mot egenansvar. De stora produktgrupperna är skor och fotinlägg.



teamolmed

Vad kan vi hjälpa till med?

teamolmed

Symtom och kliniska fynd vid polyneuropati

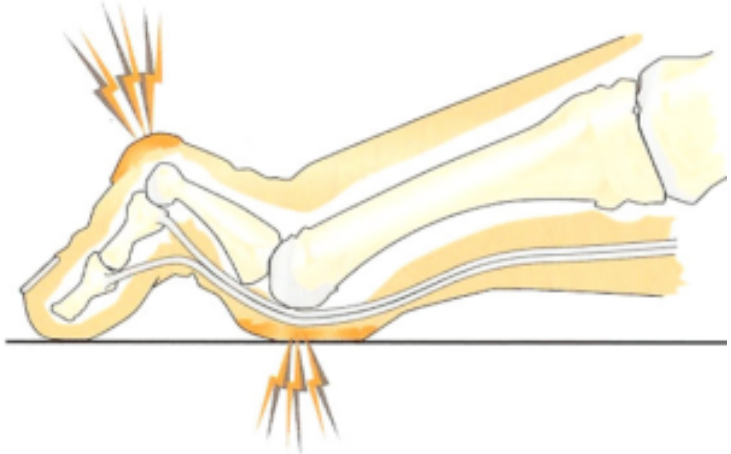
- Distal, symmetrisk fördelning, ofta först i framfötter
- Sensibilitetsstörning (känseln är nedsatt, hyper eller annorlunda)
- Reflexnedsättning
- Muskelsvaghet övervägande distalt (med några ovanliga undantag)
- Muskelförtvining i kroniska fall
- Ev autonoma symtom, nedsatt svettning, (vid t.ex diabetes)
- Pes cavus (höga fotvalv) vid ärftliga polyneuropatier med motorisk komponent

Hammartår

Flexibla eller rigida?

- Ger ökat tryck under främre trampdynan
- Risk för tryck där tårna trycker mot ovanlädret
- Är ställningen rigid finns risk för tryck under tåspetsar

- Möjliga hjälpmedel, inlägg, pelott, ”tå-banan/toe crest”, skor med gott om plats, rullsula



Typisk fot för kroniska fall

- Tun låg fot
- Senig
- Dåliga trampdynor
- Hammartår

Hjälpmedelslösning

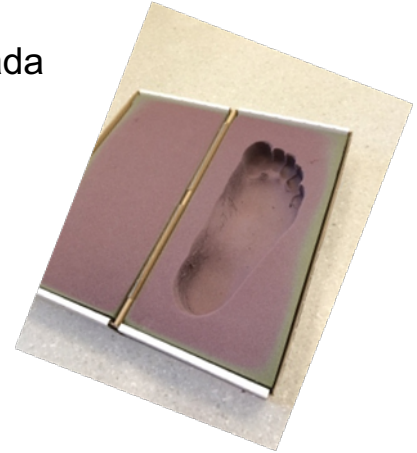
- Behov av bred sko men kan vara svårt att få snörningen att sitta bra eftersom foten är låg över vristen. Ofta med flexibel rullsula
- Inlägg för tryckfördelning, gärna med mjukare material på toppen. Pelott?

teamolmed

Metoder för individuella inlägg

Gipsavgjutning

Avtryckslåda



Scanning

Material och utformning av inlägg

- Olika hårdheter beroende på mål med inläggen, vikt och användning
- Möjlighet att använda mjukare material närmast foten men då tar det mer plats i skorna
- Klädsel eller ej? Vissa material behöver skyddas mot slitage men det tar samtidigt bort lite av dämpningen. Rengöring? Tar lite mer plats…

- Kilar kan slipas för att korrigera en fot som faller in eller belastar yttre randen
- Kilar under hälen för att kompensera begränsad rörlighet i ankeln.

teamolmed

Skor

- Sulan
  - Gärna lätt och samtidigt vridstyv
- Rullsula
  - Underlättar gång vid strama senor, hälsena och under foten.
  - Kortare tid med belastning under framfoten.
  - Minskar tryck under tår vid nedsatt rörlighet i tårnas grundleder eller vid hammartår
- Ovanläder
  - Hög ”tåbox”, betyder plats på höjden för t.ex. hammartår.
  - Undvik sömmar över framfoten.
  - Flexibelt material över tårna men helst stabiliserande runt häl och mellanfot.
  - Gore-tex och liknande material töjer sej inte och kan spricka vid lästning

teamolmed

Olika sätt att ta fram skor

- **Ortopedtekniskt utvald sko**
  Prefabricerad sko med lämpliga egenskaper för just den foten. T.ex. rullsula, extra volym, elastiskt ovanläder

- **Måttanpassad sko**
  Beställd utifrån en standardläst men tillverkas med ändringar efter behov. T.ex. extra volym för hammar-tår eller för att göra plats för tjockare inlägg.

- **Sko över egen läst**
  Tillverkas på en individuell läst. Används när en standardläst inte fungerar alls. Kan vara aktuellt vid t.ex. CMT men sällan vid de vanligaste polyneuropatierna.

- **RA-toffel**
  Sandal som tillverkas med utgångspunkt från ett individuellt inlägg och ett färdigt ovanläder. Används oftast när foten avviker för mycket på bredden av framfoten.

teamolmed

Tips vid val av skor

- Lita inte på att fötterna säger ifrån. Använd ögon och händer,
- Ta ut innersulan och lägg under foten. Sulan ska inte vara smalare än foten och minst 7 mm längre än foten.

Polyneuropati vid Diabetes

Vanliga symptom

- Stickningar och domningar i fötterna.
- Kuddkänsla.
- Oförklarlig smärta i framfoten.
- Brännande känsla eller fryser.
- Känslig för beröring.
- Torr hud.
- Balansproblem.

Detta kombinerat med nedsatt cirkulation kan skapa stora problem!

Hereditära polyneuropatier (ärftliga)

- Ex CMT, Shellefte-sjukan

Mycket stora individuella variationer på behov.
Det gäller att göra rätt sak vid rätt tillfälle eftersom förändringar sker över tid.

- Vi börjar ofta med inlägg och skor med rullsula.
- Prefabricerade droppfotsortoser kan behövas
- Om en felställning börjar uppstå kan man behöva göra individuella ortoser
- Nattskenor för att försöka bromsa spetsfots-ställning

teamolmed

Att tänka på vid nedsatt känsel i fötterna

- Gå aldrig barfota, skor även inne och inte öppna skor utomhus.
- Ha alltid stumpor i skorna och byt helst varje dag. (gärna utan resår och sömmar)
- Rymliga skor utan sömmar, gärna med rullsula.
- Rodnad ovanpå tår, på sidan av stortå/lilltå eller sidan av framfoten tyder på att skorna är för trånga. Vi kan hjälpa till att punklästa om det bara är en punkt där det är för trångt.
- Har man förhårdnader, rodnad eller smärta i fötterna kan inlägg hjälpa.
- Begränsad rörlighet i fotled eller tåleder kan leda till ökat tryck. Ofta hjälper en rullsula. Man kan också bygga upp i skon under hälen vid för liten ledrörlighet i ankeln.
- Är huden torr, smörj in fötterna på kvällen men inte mellan tårna där det redan är ett fuktigt klimat.

teamolmed

Tips vid val av skor

- Lita inte på att fötterna säger ifrån. Använd ögon och händer,
- Ta ut innersulan och lägg under foten. Sulan ska inte vara smalare än foten och minst 7 mm längre än foten.
- Undvik sömmar, speciellt där man har lätt att få skav. Sömmar töjer sej inte.
- Prova helst inte ut skor på morgonen. Fötterna kan bli större under dagen.

- Fötterna har inte vuxit färdigt bara för att man är vuxen! Att foten sjunker, sväller och broskbildningar gör att fötterna blir större.

teamolmed

TACK