

ÇEKİÇ PARMAK

Çekiç parmak, el ve ayak parmaklarında görülen bir hastalık olarak bilinmektedir. Basit önlemlerle kontrol altına alınabilen çekiç parmak, tercih edilmesi durumunda ameliyat ile de tedavi edilebilir. Ayakta baş parmakta sıklıkla görülen çekiç parmak hastalığı, ikinci ve üçüncü parmaklarda da görülebilir. Ayak parmağının kıvrılması ve pençe görünümünü alması ile aşırı ağrılı bir süreç başlar.



Çekiç Parmak Oluşmasına Ne Neden Olur?

Ayak parmakları eklemlerden oluşan yapılara sahiptir. Eğer bu parmaklarda birisi diğer parmalardan çok daha fazla uzun ise ya da tercih edilen ayakkabı küçük ve dar ise bu parmaklar kıvrılarak uyum sağlamaya çalışır.

Özellikle kadınların tercih ettiği küçük ve topuklu ayakkabılar bu hastalığa sebep olabilir. Bir başka neden ise kişinin vücut yapısının farklı olması ve ayak parmaklarını dik bir şekilde tutmaya çalışan kasların zayıf kalarak bu görevi yerine getirememesidir.

Çekiç Parmak Hastalığının Belirtileri

Ayakta meydana gelebilecek en ağrılı rahatsızlıklardan olan çekiç parmak genellikle başparmağın yanındaki ikinci parmakta meydana gelir. Bu parmakta meydana gelen deformasyon sebebi ile parmak devamlı olarak bükük bir halde kalır. Parmağın üst kısmı bükük durma sebebi ile sürekli olarak ayakkabının üstüne sürtünür ve bu da nasır oluşumuna sebep olur. Nasır da ayakta şiddetli ağrılara sebebiyet verir.

Çekiç Parmak Tedavisi

Çekiç parmak sebebi ile oluşan nasırlar için kişisel olarak evde tedavi uygulayabilir ya da doktorun verdiği ilaçları kullanarak kurtulabilirsiniz. Öte yandan çekiç parmak oluşumunu engellemek, oluştuysa da ilerleyişini durdurmak için doktorunuzla görüşmeniz gerekmektedir. Başta rahatsızlık vermese de çekiç parmak ileriki dönemlerde şiddetli ağrılara sebep olacaktır. Bu sebeple fark edildiği andan itibaren hemen doktora başvurmak gerekir.

Çekiç parmağın tedavisinde ilk tercih konservatif tedavi yani koruyucu tedavidir. Çekiç parmak oluşumunun ilerlemesini engellemek adına birkaç uygulama içerir.

Konservatif tedavide ilk adım uygun ayakkabı seçimidir. Yumuşak ve ayak parmakları ile ayakkabı ucunda fazla mesafe olan ayakkabılar tercih edilmelidir. En uzun parmak ile ayakkabı arasında yarım inç kadar bir mesafe olmalıdır.

Sıkı, dar ya da yüksek topuklu ayakkabılardan kesinlikle uzak durulmalıdır.

Doktorun tavsiye edeceği ayak parmak egzersizleri düzenli bir şekilde uygulanmalıdır. Bunlar ayak parmaklarını germe, parmaklarla yerden bir şeyler toplama, parmaklar ile sıkıştırma gibi egzersizlerden oluşmaktadır.

Doktorun vereceği bant, yastık ve nasır petleri kullanım talimatlarına uygun bir şekilde kullanılmalıdır.

Çekiç parmak probleminde "Konservatif Tedavi" çekiç parmağa bağlı şikayetlerin giderilmesi için uygulanmaktadır. Yapılan konservatif tedavilerin parmak şeklini düzeltmesi söz konusu değildir. Hastalarda çok ilerlemiş çekiç parmak probleminde yada mevcut olan bir ayak deformitesinde cerrahi olarak düzeltme gerekmektedir. Bozulmuş olan eklem yüzeyini düzeltmeye yönelik yapılan cerrahi işlem ile parmak tespiti, tendon transferi gibi işlemler yapılarak parmağın şeklinin düzelmesi sağlanır.

Ameliyat öncesinde parmak ekleminde gelişmiş olan deformitenin niteliğine göre doktorunuz ile bu parmağın hareketli olup olmayacağını konuşmanız gerekmektedir. Hastalar sadece çekiç parmağa yönelik bir cerrahi tedavi geçirecekler ise lokal anestezi uygulaması ile bu işlemin gerçekleştirilmesi mümkün olabilmektedir. Ancak yapılan işlem esnasında major başka ayak işlemleride yapılacak ise işlemin genel anestezi altında yapılması uygun olacaktır.

Ameliyattan sonraki süreçte yaklaşık 6 haftalık iyileşme dönemine ihtiyaç olacaktır. Bu süreç esnasında ayakta şişme, kızarıklık gibi semptomların olması son derece normaldir. Parmakların takibi ve gerekli düzenlemeler ile ameliyattan 6 hafta sonrasında hastalarımız normal yürüyüş alışkanlıklarına dönebilmektedir.