

# Hælsporer



Velkommen på  
PrivatHospitalet Danmark

## Hvad er hælsporer

Hælsporre er en overbelastningssygdom, der skyldes den med alderen stivere sener med mindre elasticitet og øget belastning af senen.

Man formoder at der er kommet en mindre fibersprængning i senen eller ved dens tilhæftning på hælbenet. Grundet vedvarende belastning (man går på foden), får senen ikke ro til at hele, hvorfor man lider under vedvarende smerter.

Det vil sige jo mere man går på fødderne – jo sværere er det for skaden at hele. Dette er hypotesen omkring behandling af hælsporre.

For at speede behandlingen – helingen op, tilbyder vi 2 gange behandling med et binyrebarkhormon, der får irritation til at forsvinde – og dermed smerterne.

Er denne behandling uden effekt – tilbyder vi nu en ny behandling, hvor vi under lokalbedøvelse ”brænder” mikroskopiske huller i senen. Ideen er den at man 1) lammer nerverne i området, så man ikke føler smerte og 2) stimulerer til dannelse af nye blodkar, der øger helingen af skaden i senen.

## Ny behandling - Topaz Coblations teknik

Topaz Coblations teknik, er en ny teknik der ser lovende ud. De foreløbige opgørelser tyder på effekt mellem 60 og 80%. Det er vel og mærke patienter hvor almindelig

standardbehandling ikke har effekt! Behandlingen er kortvarig – mellem 15 og 20 minutter. Med Topaz probe ”brændes” små huller i senen.

Efterfølgende må man straks belaste benet. Du udstyres med en ”gips” (walker) der holder foden i ro. Du kan fjerne den når du skal i bad. Vi fraråder at du støtter på benet når du går uden.

Efter 14 dage fjernes støvlen. De første 14 dage efter må du gå almindeligt – de næste 14 dage må du gå frit, og løfte. Efter 6 uger kan du begynde på intervaltræning. Lægen vil instruere dig i dette.

Vi vil anbefale at du holder benet højt hævet det 1 døgn, for at forebygge hævelse og blodansamling.

## Risici

**Overrivning af hælsporesenen**, er en teoretisk mulighed, hvorfor du udstyres med ”gips”. Den er ikke observeret endnu.

**Infektion:** Alle operative indgreb er med risiko for infektion. Risiko er lille da åbningerne gennem huden er små, og indgrebet foretages under sterile forhold på en operationsgang.

**Blodansamling:** ”Brændningen” lukker normalt blodkar – men indføringen er med risiko for mindre blødning.

## Smertebehandling

Smerterne efter indgrebet er små. Kan normalt dækkes med 1 g. Pinex

## Kontakt

Du er selvfølgelig velkommen til at os hvis du har spørgsmål eller er i tvivl.



PrivatHospitalet Danmark, Jægersborg Allé 14, 2920  
Charlottenlund, tlf: 3964 1949 [www.phdanmark.dk](http://www.phdanmark.dk)

---