

Κότσι: Γιατί δημιουργείται, πώς αντιμετωπίζεται

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Το κότσι είναι μια συχνή ανατομική ανωμαλία του μεγάλου δακτύλου του ποδιού (βλαισός μέγας δάχτυλος).

Το μεγάλο δάκτυλο μεταμορφώνεται και μετατοπίζεται προς τα έξω με αποτέλεσμα να δημιουργείται εξόστωση στην έσω πλευρά της άρθρωσης. Η εξόστωση τρίβεται στο δέρμα των παπουτσιών και δημιουργεί εξελκώσεις.

Συνήθως τα κότσια συνοδεύονται από στροφή του δακτύλου, ενώ συχνά συνυπάρχουν και κάλοι πάνω στο ίδιο το κότσι ή στους άλλους δακτύλους του ποδιού.

Όταν υπάρχει κότσι, το άτομο έχει πόνο και δυσκολία στη βάδιση, ιδιαίτερα με παπούτσια.

Οι λόγοι που δημιουργείται το κότσι είναι πολλοί. Η πιο συνηθισμένη είναι η παρατεταμένη χρήση στενών και ακατάλληλων υποδημάτων. Σύμφωνα με σχετική μελέτη, το 88% των γυναικών φορά στενά παπούτσια και από αυτές το 55% έχει κότσια 9 φορές συχνότερα από ότι οι άνδρες.

Σημαντικό ρόλο παίζει επίσης η κληρονομικότητα, καθώς έχει διαπιστωθεί βλαισός μέγας δάκτυλος σε πρωτόγονες αφρικανικές φυλές που δε φόρεσαν ποτέ παπούτσια, ενώ συχνά εμφανίζεται και σε μέλη της ίδιας οικογένειας με πρώτου βαθμού συγγένεια.

Αντιμετώπιση

Όταν η παραμόρφωση βρίσκεται σε αρχικό στάδιο, χρησιμοποιούνται ειδικοί νάρθηκες που φοριούνται τη νύχτα και διορθώνουν τη θέση του δακτύλου.

Σε περίπτωση που η παραμόρφωση δεν διορθώνεται, χρειάζεται χειρουργική επέμβαση. Η επέμβαση γίνεται μόνο για ιατρικούς λόγους και όχι για αισθητικούς.

Υπάρχουν πάνω από 120 διαφορετικές τεχνικές στη χειρουργική πρακτική για την επαναφορά του άξονα της άρθρωσης, την απομάκρυνση της εξόστωσης και την ανακούφιση από τον πόνο.

Το χειρουργείο διαρκεί από μισή έως 2 ώρες, ανάλογα με τη βαρύτητα, την προσβολή άλλων δακτύλων και τις αμφοτερόπλευρες επεμβάσεις.

Θεωρείται από τις επεμβάσεις με πολύ μεγάλα ποσοστά επιτυχίας και την επομένη κιόλας από το χειρουργείο επιτρέπονται η στήριξη στα πόδια και η βάδιση, εφόσον είναι προστατευμένα με ειδικά υποδήματα για 4 εβδομάδες στις βαριές παραμορφώσεις.

Η πλήρης αποκατάσταση εξαρτάται από τη βαρύτητα των παραμορφώσεων και μπορεί να φτάσει και τους δύο μήνες.

Η επέμβαση δεν γίνεται με laser, καθώς οι διαδερμικές τεχνικές δεν προσφέρουν οριστικό αποτέλεσμα. Τα κότσια δεν υποτροπιάζουν αν πραγματοποιηθεί σωστά η χειρουργική επέμβαση.

Πηγή: onmed.gr