

Votre gros orteil comporte deux articulations : une entre les os du doigt de pied (les **phalanges**), et une entre la première phalange et un os du pied appelé **métatarsien**.

Cette **articulation métatarso-phalangienne** se déforme. L'enveloppe fibreuse qui l'entoure (**capsule**) se détend.

Il se forme parfois une bosse sur le côté de l'os métatarsien. Celui-ci se déplace, entraînant une déviation du gros orteil vers les autres doigts de pied.

Dans les cas extrêmes, les attaches qui relient les os entre eux (**ligaments**) et aux muscles (**tendons**) risquent de se détendre ou de se tendre exagérément.

Cette maladie (**Hallux valgus**) provoque des douleurs et des difficultés pour marcher. Si elle s'aggrave, elle peut créer des problèmes au niveau des orteils voisins.

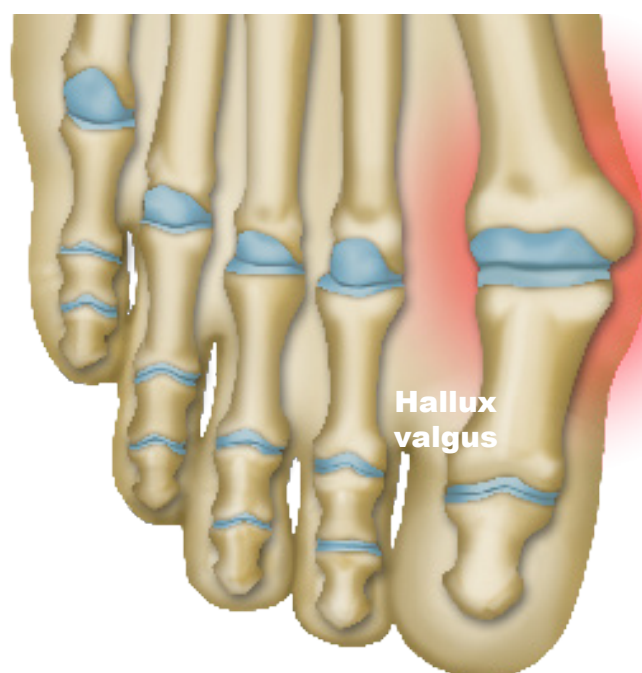
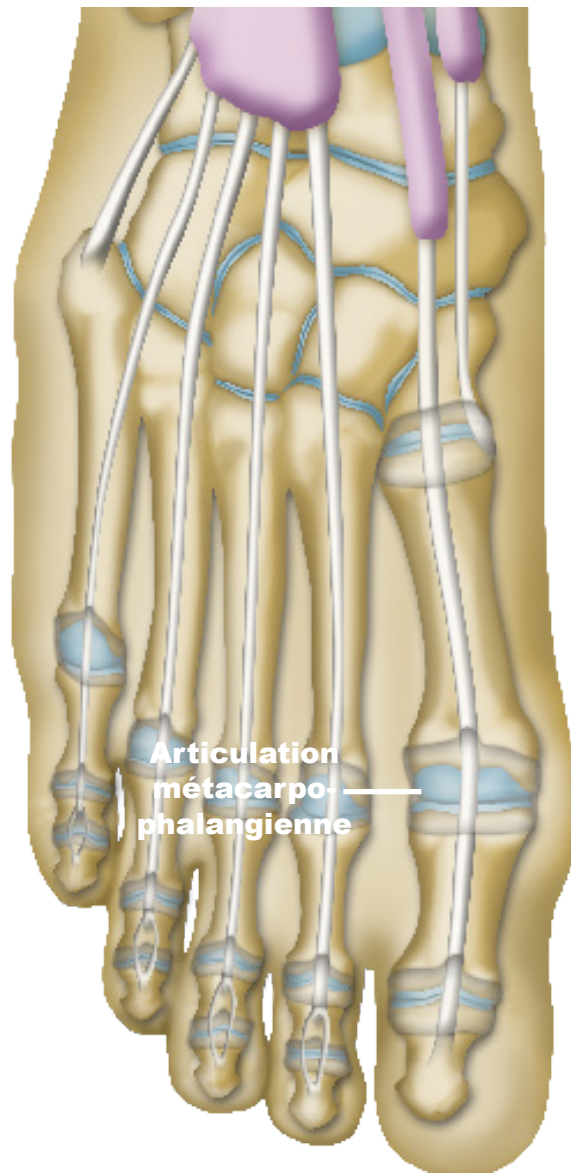
C'est pourquoi votre chirurgien vous propose une opération.

Soit vous dormez complètement (**anesthésie générale**), soit on n'endort que votre jambe (**anesthésie locorégionale**).

L'objectif est de redresser l'orteil et de supprimer la douleur.

Couper la bosse sur le côté de l'os métatarsien (**exostectomie**) peut suffire.

Mais il est souvent nécessaire de retendre la capsule et éventuellement de couper et de remettre en place des ligaments et tendons détendus ou trop tendus.



Il faut parfois couper des morceaux d'os et les déplacer avant de les fixer à nouveau ensemble (**ostéotomie**) pour supprimer la déviation de l'orteil.

L'opération dure entre 45 minutes et une heure trente. Elle présente globalement peu de risques.

S'ils sont particulièrement fragiles, les os peuvent casser. Des muscles, tendons, ligaments, vaisseaux sanguins ou nerfs risquent aussi d'être blessés accidentellement, nécessitant des gestes complémentaires. Cela est rare.

Vous êtes hospitalisé moins d'une semaine.

Vous ne devez pas vous appuyer sur votre pied les deux premiers jours.

Il faut aussi le placer en hauteur le plus souvent possible pour éviter qu'il gonfle.

Vous portez une chaussure spéciale pendant quatre semaines.

Si des microbes envahissent la zone opérée (**infection**), il faut un traitement médical prolongé, voire une nouvelle opération.

Chez certaines personnes, un traitement est utile pour limiter le risque de formation de bouchons de sang (**caillots**) dans les veines des jambes (**phlébite**).

Il arrive que les os ne se soudent pas correctement.

Si votre travail suppose de rester debout ou de marcher longtemps, vous êtes en congé deux mois.

Attendez cinq mois pour reprendre des sports qui nécessitent un contact du pied avec le sol.

Pour un bon résultat, il est essentiel de bien rééduquer votre orteil.

A l'avenir, évitez de porter des chaussures trop étroites ou à bout pointu.

