

## ΜΕΤΑΤΑΡΣΑΛΓΙΑ

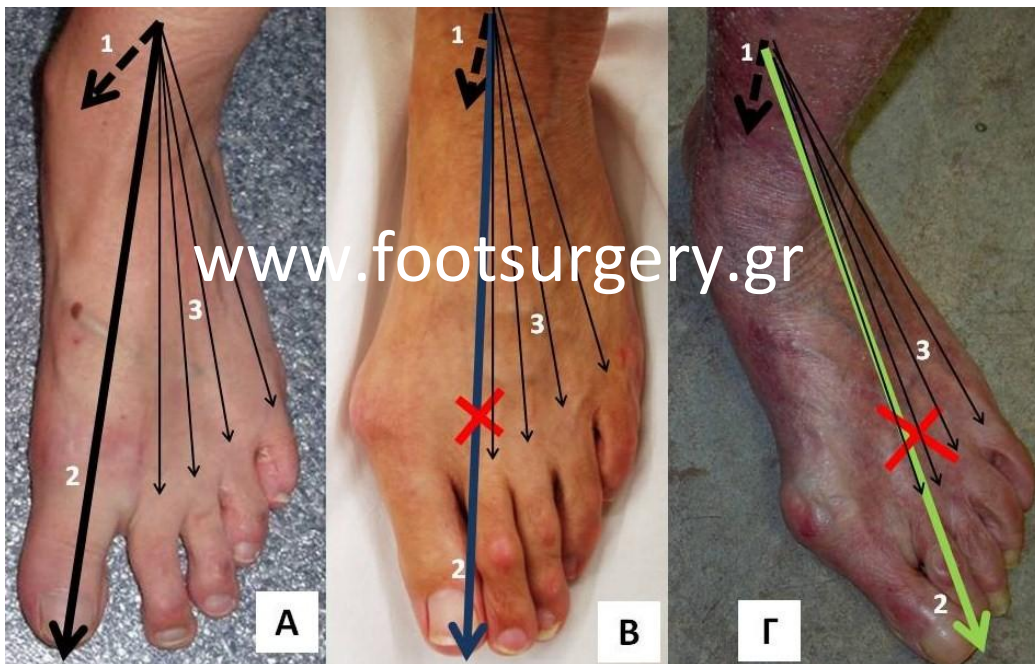
### Τι είναι:

Ο όρος 'μεταταρσαλγία' ΔΕΝ υποδηλώνει μια συγκεκριμένη πάθηση. Σημαίνει **πόνος κάτω από τις κεφαλές των μεταταρσίων** (στο πρόσθιο τμήμα του ποδιού) και συχνά συνοδεύεται από σκλήρυνση του δέρματος ('κάλος' ή 'τήλος' κατά την επιστημονική ορολογία) στο πέλμα. Συνήθως αφορά το 2<sup>ο</sup> και το 3<sup>ο</sup> μετατάρσιο.



### Τι προκαλεί την 'μεταταρσαλγία';

Το πόδι φυσιολογικά λειτουργεί σαν ένας τρίποδας κατά τη στάση και τη βάρδιση. Το πίσω πόδι είναι η πτέρνα (βέλος 1), το εμπρός έσω είναι το πρώτο μετατάρσιο και το μεγάλο δάκτυλο (βέλος 2), και το εμπρός έξω είναι τα υπόλοιπα μετατάρσια και το 2<sup>ο</sup>-5<sup>ο</sup> δάκτυλο (λεπτά βέλη 3). Φυσιολογικά σε ένα 'ισορροπημένο' πόδι [A] το βάρος και η πίεση μοιράζεται στα 'τρία πόδια'.



Αν για κάποιο λόγο το σχήμα του ποδιού μεταβληθεί (παραμόρφωση) για οποιοδήποτε λόγο, αλλάζει η 'μηχανική' του και η κατανομή της πίεσης στα 3 σημεία (πόδια του τρίποδα) θα αλλάξει. Αν έχουμε βλαισό μεγάλο δάκτυλο («κότσι»), όπως στο πόδι [B] της εικόνας, ή αρθρίτιδα στο μεγάλο δάκτυλο, ο ασθενής δεν το πιέζει τόσο και η πίεση από το μεγάλο δάκτυλο μεταφέρεται στα υπόλοιπα προκαλώντας πόνο σ' αυτά (κυρίως στο 2<sup>ο</sup>). Αν για παράδειγμα υπάρχει και πάθηση που αφορά το 'οπίσθιο πόδι' προς την πτέρνα, με πτώση της ποδικής καμάρας, όπως στο πόδι [Γ] της εικόνας, ο ασθενής δεν φορτίζει τόσο το πίσω μέρος του ποδιού και η πίεση μεταφέρεται μπροστά (στα μετατάρσια). Το ίδιο συμβαίνει και αν η ασθενής φορά πολύ ψηλά τακούνια. Ο πόνος στις κεφαλές των μεταταρσίων ('μεταταρσαλγία') είναι επομένως **αποτέλεσμα αυξημένης φόρτισης και πίεσης**. Για κάποιο λόγο δηλαδή, τα μετατάρσια φορτίζονται περισσότερο (εικόνες B και Γ) απ' όσο αναμένεται φυσιολογικά [A].

Δρ. Νικόλαος Γκουγκουλιάς - Ορθοπαιδικός Χειρουργός

Διδάκτωρ Ιατρικής Α.Π.Θ.

Εξειδίκευση στη Χειρουργική Ποδιού-Ποδοκνημικής-Γόνατος-Αθλητικές Κακώσεις στη Μεγ.Βρετανία  
Consultant Orthopaedic Foot & Ankle Surgeon, UK

Email: [gougnik@yahoo.com](mailto:gougnik@yahoo.com)

Web: [www.footsurgery.gr](http://www.footsurgery.gr)

# ΜΕΤΑΤΑΡΣΑΛΓΙΑ

Άλλοτε δεν αφορά παραμόρφωση, αλλά εμφανίζεται σε 'φυσιολογικά πόδια' και είναι λειτουργικής αιτιολογίας (σφιχτοί γαστροκνήμιοι και μυς του πέλματος), ή αφορά μεσοδακτύλιο νεύρωμα Morton, ή οστεοχονδρίτιδα της κεφαλής του μεταταρσίου (νόσος Freiberg), ή κάταγμα εκ κοπώσεως. Μερικές φορές υπάρχει συνδυασμός και παραγόντων που οδηγούν σε πόνο. Μπορεί ο πόνος να σχετίζεται με συγκεκριμένες δραστηριότητες (χορός, τρέξιμο). Τέλος σε άτομα με ρευματοειδή αρθρίτιδα ή άλλα νοσήματα του κολλαγόνου, η μεταταρσαλγία μπορεί να είναι αποτέλεσμα ατροφίας των μαλακών ιστών κάτω από τα μετατάρσια.

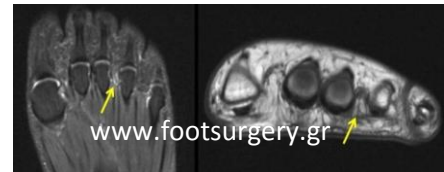
**Κατάγματα 'εκ κοπώσεως'** στο 2<sup>ο</sup> μετατάρσιο και στα δύο πόδια μιας ασθενούς.



**Οστεοχονδρίτιδα** της κεφαλής του 2<sup>ου</sup> μεταταρσίου (**Freiberg**)



**Νεύρωμα Morton** στο 3<sup>ο</sup> μεσοδακτύλιο διάστημα (μαγνητική τομογραφία)



**Οστεοχονδρίτιδα** του έσω σησαμοειδούς οστού ως αίτιο μεταταρσαλγίας



**Πρακτικά οποιαδήποτε πάθηση που αφορά το πόδι και την ποδοκνημική μπορεί να εμφανίζεται σαν 'μεταταρσαλγία'.** Χρειάζεται λεπτομερής κλινική εξέταση από ειδικό ορθοπαιδικό, ακτινογραφίες σε φόρτιση και συχνά μαγνητική τομογραφία για να διαπιστωθεί το αίτιο.

Η **αντιμετώπιση** του πόνου στα μετατάρσια εξαρτάται από την υποκείμενη πάθηση, δηλαδή από το αίτιο που τον προκαλεί.

Για ανακούφιση από τα συμπτώματα χωρίς χειρουργείο προτείνονται ειδικά φτιαγμένοι για το πόδι του κάθε ασθενούς, **πάτοι αποφόρτισης των κεφαλών των μεταταρσίων.**



**Δρ. Νικόλαος Γκουγκουλιάς - Ορθοπαιδικός Χειρουργός**

Διδάκτωρ Ιατρικής Α.Π.Θ.

Εξειδίκευση στη Χειρουργική Ποδιού-Ποδοκνημικής-Γόνατος-Αθλητικές Κακώσεις στη Μεγ.Βρετανία  
Consultant Orthopaedic Foot & Ankle Surgeon, UK

Email: [gougnik@yahoo.com](mailto:gougnik@yahoo.com)

Web: [www.footsurgery.gr](http://www.footsurgery.gr)