

## OPPBYGG, FOTSENGER, SKO OG SPESIALSKO TIL BARN OG UNGDOM MED JIA

Artritt i ankler og føtter kan medføre smerter, begrenset bevegelighet, nedsatt stabilitet og feilstillinger i føttene (Hendry et al., 2008). Nedsunken medial lengdebue er vanlig (plattfot), nedsunken tverrgående bue, valgusstilling og varusstilling kan også forekomme som følge av sykdommen. Dette er feilstillinger som opptrer også hos friske. Noen barn kan også være plaget med hælsmarter grunnet senefestebetennelse på calcaneus (festet for akillessenen eller for plantaraponeurosen). Ved behov kan man få tilpasset fotsenger, få oppbygg i skoene eller få spesielsko. Man trenger rekvisisjon fra lege og NAV vurderer om man får vedtak om dekning av utgiftene. Man betaler da en fastsatt egenandel.

### Fotsenger

Fotsenger kan være aktuelt ved feilstillinger og/eller smerter i ankler, føtter og knær. Fysioterapeuten vurderer ofte om fotsenger kan være et aktuelt tiltak. Målet med fotsengene er å optimalisere akseforhold og redusere smerter slik at barnets muligheter for deltakelse i fysisk aktivitet bedres. Fotsengene fungerer best i sko med snøring.

Det er utført noen studier som har undersøkt effekten av fotsenger hos barn med JIA som viste at barn med JIA fikk mindre smerter og bedret funksjon (André, 2005; Powell et al., 2005) og redusert smerte og bedret selvrapportert livskvalitet (Coda et al 2014) ved bruk av fotsenger.

Det er legen som skriver rekvisisjon til ortopediske hjelpemidler. En kan få et par fotsenger per kalenderår. NAV fastsetter egenandelen. Pr. januar 2014 er den 440,- per par.

### Oppbygg

Det kan være aktuelt å bygge opp skoen ved benlengdeforskjell. Ved benlengdeforskjell over 10 mm gjøres det ofte en oppbygning av selve skoen. Ellers er det ofte tilstrekkelig med en korkhæl på 5 mm som legges under innersålen i skoen. Ved kontraktur i kneet er en særlig nøye med å bygge opp slik at hele benlengdeforskjellen utliknes for å stimulere til aktiv ekstensjon i det lengste benet (med affisert kneledd). Ofte ser en at barnet inntar en stilling med lett fleksjon i det lengste benet for å holde bekkenet i nøytralstilling.

### Sko

Ved trening og fysisk aktivitet anbefales sko med støtdempende såle, god støtte i hulfoten og stiv hælkappe.

### Spesielsko

Noen ganger er det vanskelig å finne gode sko som passer foten i vanlige skobutikker. Det kan da være aktuelt med spesielsko, som kan kjøpes ved ortopeditekniske avdelinger. Disse avdelingene finnes på sykehus eller som egne virksomheter i større byer. Spesielsko brukes når en har behov for spesielle egenskaper og funksjoner som vanlig sko ikke har. Spesielsko kan ha ekstra bredde, høyde og støtte.

Spesielsko kan rekvireres av lege som er spesialist i revmatologi, men også av en del andre spesialister. Legeuttalelsen kan gjelde i 5 år. Det er mulig å søke om inntil 2 par spesielsko per år. Folketrygden dekker 1565,- av utsalgsprisen per par (pr. januar 2014). Det overskytende beløpet betales av brukeren.

## Litteraturliste

- André, M. (2005). Patient education and foot disability in juvenile idiopathic arthritis. A physiotherapy perspective. Karolinska Institutet, Division of Physiotherapy, Neurotec Department, Dissertation, Stockholm, Sweden.
- Coda, A., Fowlie, P. W., Davidson, J. E., Walsh, J, Carline, T, Santos, D. (2014). Foot orthosis in children with juvenile idiopathic arthritis: a randomised controlled trial. Arch dis child, published online March 17 2014.
- Hendry, G., Gardner-Medwin, J., Watt, G. F., & Woodburn, J. (2008). A survey of foot problems in juvenile idiopathic arthritis. Musculoskeletal.Care, 6, 221-232.
- Powell, M., Seid, M., & Szer, I. S. (2005). Efficacy of custom foot orthotics in improving pain and functional status in children with juvenile idiopathic arthritis: a randomized trial. Journal of Rheumatology, 32, 943-950.

Kristine Risum  
Spesialist i barne- og ungdomsfysioterapi, MSc  
Seksjon for klinisk service  
Avdeling for ortopedi  
Klinikk for kirurgi og nevrofag  
Oslo universitetssykehus, Rikshospitalet, september 2010.

Revidert Kristine Risum, juni 2014.