[CLINIQUE DE MONTCHOISI] WHAT'S UP WHAT'S UP **[CLINIQUE DE MONTCHOISI 1** Par Christelle Cluzeau

CLINIQUE DE MONTCHOISI, **ZOOM SUR L'HALLUX VALGUS**

-/ CLINIQUE DE MONTCHOISI FOCUS ON HALLUX VALGUS

DE NOMBREUSES FEMMES SOUFFRENT DE CETTE DÉFORMATION DU PIED APPELÉE « HALLUX VALGUS ». IL N'EST PAS RARE D'ENTENDRE QUE LE PORT DU TALON ET DE CHAUSSURES ÉTROITES PUISSE EN ÊTRE LA CAUSE. IDÉE RECUE OU VÉRITÉ ? POUR EN APPRENDRE DAVANTAGE, LE DR RAYAN BAALBAKI, ÉTOILE MONTANTE DE LA CHIRURGIE DU PIED À LA CLINIQUE DE MONTCHOISI, NOUS ÉCLAIRE SUR LE SUJET.

-/ MANY WOMEN SUFFER FROM THIS FOOT DEFORMATION CALLED "HALLUX VALGUS". IT IS NOT UNCOMMON TO HEAR THAT WEARING HEELS AND NARROW SHOES ARE TO BLAME. IS THIS A POPULAR MISCONCEPTION OR THE TRUTH? TO LEARN MORE, DR. RAYAN BAALBAKI, A RISING STAR IN FOOT SURGERY AT THE CLINIQUE DE MONTCHOISI, ENLIGHTENS US ON THE SUBJECT.

Qu'est-ce que l'hallux valgus?

Dr Rayan Baalbaki: Il s'agit d'une déformation lente et progressive du gros orteil, plus communément appelée «oignon». Cette déformation touche en général 9 femmes pour 1 homme.

Le port de talons a-t-il un effet direct sur cette déformation?

Dr R.B: Bien que les talons puissent aggraver un terrain prédisposant, son origine est à trouver avant tout dans un facteur génétique important, tels que des pieds égyptiens, des pieds plats ou une hyperlaxité ligamentaire. C'est pourquoi nombre de femmes qui portent des talons ne développeront jamais d'hallux valgus.

Peut-on prévenir un hallux valgus et l'éviter?

Dr R.B: Oui, tout à fait. Si vous avez des prédispositions et que la déformation se développe progressivement, il faut avant tout adapter les chaussures. Je dis toujours qu'il est plus facile d'adapter la chaussure au pied que l'inverse. Il est donc recommandé de porter des chaussures confortables avec une semelle orthopédique sur mesure. Il existe aussi des orthèses interdigitales à mettre entre les orteils, pour qu'ils ne se chevauchent pas.

Quand l'opération est-elle nécessaire?

Dr R.B: La chirurgie est indiquée pour les déformations qui deviennent invalidantes au quotidien malgré le port de chaussures adaptées. Dans ces cas, le patient est dirigé vers une prise en charge chirurgicale.

Quel type d'intervention proposez-vous?

Dr R.B : Il existe deux grandes familles de chirurgie : la plus traditionnelle se pratique à ciel ouvert, alors que la chirurgie percutanée, plus respectueuse des tissus, s'impose peu à peu depuis les années 2000. Grâce à ces nouvelles techniques, le temps opératoire est réduit, l'agression chirurgicale est moindre, les cicatrices et les douleurs quasiment inexistantes et le temps de récupération est plus rapide. Le suivi post-opératoire est capital afin de s'assurer d'une bonne évolution.

-/ What is hallux valgus?

Dr. Rayan Baalbaki: It is a slow and progressive deformity of the big toe, more commonly known as a "bunion". This distortion generally affects 9 women for 1 man.

Does wearing heels have a direct effect on this deformity?

Dr R.B: Although heels can aggravate a predisposing terrain, its origin is to be found above all in an important genetic factor, such as Egyptian feet, flat feet or ligament hyperlaxity. This is why many women who wear heels will never develop hallux valgus.

Can hallux valgus be prevented and avoided?

Dr R.B.: Yes, absolutely. If you have a predisposition and the deformity develops gradually, the first thing to do is to adapt the shoes. I always say that it is easier to adapt the shoe to the foot than the other way around. It is therefore recommended to wear comfortable shoes with a custom-made orthopedic sole. There are also interdigital orthoses to be put between the toes, so that they do not overlap.

When is surgery necessary?

Dr. R.B.: Surgery is indicated for deformities that become disabling on a daily basis despite wearing adapted shoes. In these cases, the patient is referred for surgical management.

What type of surgery do you offer?

Dr. R.B.: There are two main families of surgery: the most traditional is performed in the open air, while percutaneous surgery, which is more tissuefriendly, has been gradually gaining ground since the 2000s. Thanks to these new techniques, the operating time is reduced, surgical aggression is diminished, scars and pain are almost non-existent and the recovery time is faster. The post-operative follow-up is crucial to ensure a good outcome.

Clinique de Montchoisi

Chemin des Allinges 10, 1006 Lausanne + 41 21 619 39 39 www.montchoisi.ch

