



Podotherapie Reggestreek

DE REUMATISCHE VOET



Wat is reuma

Reuma is een verzamelnaam voor meer dan 100 verschillende aandoeningen aan uw 'bewegingsapparaat'. Denk hierbij aan spieren, pezen, gewrichten en botten. Bij sommige vormen van reuma zijn ook de organen betrokken. Iedereen kan reuma krijgen. In Nederland hebben ruim twee miljoen mensen een vorm van reuma. Dat is een op de negen mensen! En elke dag komen er 700 mensen met reuma bij. De meeste vormen van reuma zijn goed te behandelen maar (nog) niet te genezen. Door reuma ontdekken mensen vaak hoe belangrijk hun voeten zijn: 70-80% van de mensen met reuma krijgt voetklachten. Door reuma kunnen uw voeten namelijk van vorm veranderen waardoor 'normale' schoenen niet meer passen. Lopen kan veel pijn gaan doen.

Symptomen

Het verloop van reuma is bij iedereen anders. 70-80% van de mensen met reuma krijgt vroeg of laat voetklachten. Dit wordt 'de reumatische voet' genoemd. Wanneer u reuma heeft, is het verstandig om uw voeten door de podotherapeut laten onderzoeken. Want er zijn verschijnselen aan de voeten en enkels die bij veel mensen met reuma voorkomen:

- Pijnklachten bij het staan en lopen. Doordat de vorm van de voet verandert, passen uw schoenen misschien niet meer. Er kunnen blijvende veranderingen aan de voet optreden.
- Er kunnen 'reumaknobbels' ontstaan. Door vergroeiingen kunnen de middenvoetsbeentjes 'doorzakken'. Er ontstaan dan knobbels onder de voorvoet. U kunt dan het gevoel krijgen alsof u 'op de botjes' loopt. Hierdoor kunnen pijn, eeltplekken en wondjes ontstaan.

Wij helpen u een stap vooruit!



- De tenen kunnen scheefgroeien en over elkaar heen gaan staan. Hierdoor kunt u last krijgen van hamertenen, klauwtenen, likdoorns en eeltplekken.
- Door de druk van de schoen op het bot kan er extra bot ontstaan. Het probleem wordt dan steeds groter.
- Als de gewrichten gezwollen zijn kan er een vochtophoping ontstaan in de voorvoet, hele voet of enkel.
- Het enkelgewricht kan gaan ontsteken en de enkelbanden en achillespees kunnen pijnlijk worden.
- Door medicijnen kan de huid dunner worden en kunnen wondjes sneller gaan ontsteken.



Klauwteen



Hamerteen



Malletteen (mallet-toe)

Podotherapie

De podotherapeut kan vaak vervelende klachten in een later stadium voorkomen, door goede voorlichting en behandeling. Volledige genezing van reumatische voetklachten is niet mogelijk, maar vermindering van uw klachten vaak wel. Ook in een later stadium (als u al klachten heeft), kan de podotherapeut uitkomst bieden. Door vergroeiingen of een afwijkende stand van uw voeten of tenen, kunnen uw schoenen minder goed passen. Hierdoor kunt u sneller last van eeltvorming en likdoorns krijgen. Ook kunnen uw nagels afwijkingen krijgen als uw tenen niet genoeg ruimte krijgen. Een veranderde stand van uw voeten kan zorgen voor een ander looppatroon. Hierdoor kunt u bijvoorbeeld klachten krijgen in uw knieën, heupen en rug.

Als u last heeft van pijnlijke plekken aan uw voeten of tenen, dan kan de podotherapeut u helpen door:

- een siliconen teenorthese te maken. Hierdoor kunnen drukplekjes op de tenen worden voorkomen of verminderen.
- podotherapeutische zolen te maken. Hiermee wordt de druk onder uw voeten vermindert en zult u minder 'op de botjes' lopen.
- vilttherapie toe te passen. Met vilt kan een drukplekje of wondje direct drukvrij gelegd worden. Dit is een tijdelijke, maar vaak zeer effectieve behandeling.

Ook kan de podotherapeut u advies geven over orthopedische en semi-orthopedische schoenen. Een reumatische voet is erg gevoelig voor ontstekingen. Het is daarom verstandig om regelmatig uw voeten te laten behandelen door een (medisch) pedicure met aantekening reumatische voet.

www.podotherapiereggestreek.nl 0548-794515