

Hallux valgus

Afwijkende stand van de grote teen

Wat is een hallux valgus?

Een hallux valgus is een afwijkende stand van de grote teen. De grote teen wijst in de richting van uw kleine teen. Omdat de teen naar binnen groeit zal het gewrichtje extra bot gaan vormen waardoor er een grote knobbel aan de zijkant van de voet ontstaat.



Oorzaken

Een hallux valgus kan een erfelijke oorzaak hebben. Daarnaast kan een afwijkende stand van de voet of een ziekte als reuma ook meespelen in het krijgen van een hallux valgus. Maar ook het dragen van te krappe of puntige schoenen kan een oorzaak zijn. Om deze laatste reden komt een hallux valgus vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.

Klachten

De knobbel aan de zijkant van de grote teen kan bekneld raken in de schoen. Hierdoor wordt deze rood, dik en pijnlijk. Er kan zelfs een slijmbeursontsteking ontstaan in dit gewricht door overdruk van de schoen. Doordat de stand van de grote teen veranderd is, zal de afwikkeling tijdens het lopen niet meer optimaal zijn. Uw lichaam compenseert dit door over de overige tenen te gaan afwikkelen. Omdat de grote teen in de richting groeit van de overige tenen, komen deze in de knel. Hierdoor gaat de tweede teen omhoog staan, om over de grote teen heen te willen groeien. Dit heet een ruiterteen. Dit kan veel pijn veroorzaken in het gewrichtje van de middenvoet. In dit stadium wordt de keuze van schoenen zeer beperkt.

Behandeling

Vaak is een standsafwijking van de voet medeverantwoordelijk voor het ontstaan van de hallux valgus. Door middel van zolen kan deze standsafwijking verholpen worden en worden uw spieren en overige gewrichten ontlast. Deze zool kan ook een gedeelte van de verloren afwikkelfunctie van de voet overnemen. Een orthese zorgt voor bescherming van de tenen tegen de overdruk.

De schoenkeuze is bij dit voetprobleem zeer belangrijk.

Daarom adviseert Schonagen orthopedische schoentechniek u graag over goede, stevige en passende schoenen. Gemaakt van soepel leer zonder naden of stiksel op de plek van de knobbel.

SCHONAGEN

ORTHOPEDISCHE SCHOENTECHNIEK