

# Teenafwijkingen

## Ruiterteen

Een ruiterteen is een teen die over een andere teen heen groeit. Meestal door druk van de schoen of door een hallux valgus (afwijkende stand van de grote teen). De tenen hebben dan niet meer voldoende ruimte en gaan over elkaar heen groeien. Een ruiterteen kan ook ontstaan als gevolg van reuma.

Klachten zijn vooral eelt, likdoorns en blaren. In de schoen levert een ruiterteen flink problemen op omdat de ruimte gewoonweg niet beschikbaar is.

Indien de teen nog te corrigeren is kan een silicone orthese helpen.

## Klauw- en hamertenen

Klauwtenen ontstaan vaak door te krappe schoenen, een holvoet of door een ziekte als diabetes.

De spieren in de voet werken niet goed meer samen.

De kleine spiertjes in de voet vallen uit en de lange onderbeenspieren nemen de overhand. Hierdoor ontstaat een klauwstand van de tenen.

In het eerste stadium zal alleen de teen gaan klauwen. In een later stadium zal de teen een definitieve positie aannemen en wordt het een hamerteen genoemd. In de schoen heeft de teen te weinig ruimte, wat kan leiden tot eeltvorming of slijmbeursontstekingen op de toppen van de tenen.

Een steunzool kan de gewrichtjes van de middenvoet ontlasten en in sommige gevallen zelfs nog een positief effect hebben op de stand van de tenen.

Een orthese kan de druk van de tenen afnemen of de tenen ondersteunen.

Heel belangrijk zijn goede schoenen met voldoende ruimte voor de tenen, welke gemaakt zijn van soepel leer zonder naden.

## Mallet-teen/krabbelteen

Een krabbelteen wordt ook wel mallet-teen genoemd.

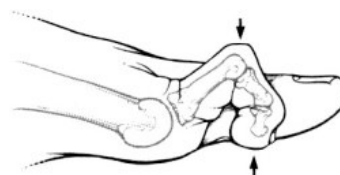
De hele teen staat recht, maar het laatste kootje staat naar de grond toe gefixeerd. De afwijking is meestal bij de tweede teen.

Er kan eeltvorming ontstaan op de top van de teen en vooral de afzet tijdens lopen is pijnlijk.

In sommige gevallen kan een zool de teen nog enigszins in de oorspronkelijke positie krijgen. Anders kan een orthese een beschermende functie bieden.

Zoals iedere voet, is ook ieder voetprobleem uniek.

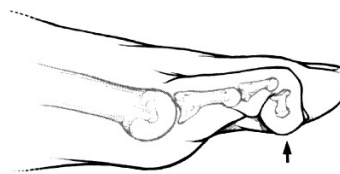
Daarom adviseert Schonagen orthopedische schoentechniek u graag over goede, stevige en passende schoenen om uw klachten te verzachten en te verhelpen.



*Klauwteen*



*Hamerteen*



*Krabbelteen*

# SCHONAGEN

ORTHOPEDISCHE SCHOENTECHNIEK