



ZANDTEEN/VOLLEYBALTEEN

DIAGNOSE

Deze klacht betreft een zorgvraag in de voorvoet, waarbij de patiënt pijn aan het MTP-gewricht ervaart, meestal MTP-1. Klinische diagnose:

- De patiënt ervaart pijn aan het MTP-gewricht na een plantairflexie- of trauma.
- Door palpatie kan de pijn en eventuele zwelling of hematoomvorming gelokaliseerd worden.
- Bij functieonderzoek zijn dorsaal- en plantairflexie van het MTP-gewricht pijnlijk, zowel passief als actief.
- Biomechanische analyse richt zich op een antalgisch gangpatroon.

Classificatiecodes

Huisarts (ICPC): L17

Specialist (ICD): S90.1

Fysiotherapie (VNZ): 007617

Oefentherapie (VNZ): 007617

Podotherapie (NVvP): S01

Functies (ICF): b28016

Anatomie (ICF): s75021

Activiteiten (ICF): a450, a455

Participatie (ICF): p920

Zorgvraag (NVvP) : 010002 t/m 010005



Bron: www.apsh.kpjhealth.com.

ACHTERGROND

Een zandteen, ook wel volleybalteen genaamd, ontstaat door te grote plantairflexie in het MTP-gewricht. Meestal betreft het het MTP1-gewricht. Er zijn drie gradaties van een zandteen. Vooral voorkomend bij beachvolleybal. Rennen, springen en afzetten is meestal pijnlijk. Vaak is er tijdelijk een verlies aan dorsaalflexie in het MTP-gewricht.

Trefwoorden

Acuut trauma, grote teen, sportklacht, overrekking, voorvoet, zwelling, gewrichtskapsel, voetklacht.



THERAPIE

Het zorgplan (belasting en belastbaarheid) is afhankelijk van oorzaak en duur van de klachten. Pijnvermindering, activiteiten- en participatievergroting staan hierbij centraal:

Classificatiecodes

Ortheses (ISO9999): 06.12.03

Ortheses (Cliq): 06.12.03.06.15.09

Ortheses (NVvP): 20

Spalk (ISO9999): 06.12.03

Spalk (Cliq): 06.12.03.12.15.09

Schoenadvies (NVvP): 61

Taping (NVvP): 70

- In geval van een biomechanische afwijking in de voetfunctie, worden corrigerende podotherapeutische zolen individueel aangemeten en vervaardigd. Deze hebben als doel de standsafwijking te corrigeren en ontlastende werking voor het MTP-gewricht. Ze zijn inpasbaar in confectie-, werk- en sportschoeisel en worden afgeleverd met instructies en onderhoudsvorschrift.
- Er wordt een (sport)schoenadvies gegeven met speciale aandacht voor zoolmateriaal, ballijn, hakhoogte, stabiliteit bovenwerk, stevig contrefort, etcetera.
- Er zijn nog een aantal ondersteunende therapieën die in combinatie aanbevolen kunnen worden: rust, ijs, taping ter stabilisatie van het MTP-gewricht, spalken aan andere tenen en na de acute fase worden er spierversterkende oefeningen aan de patiënt meegegeven.
- Een evaluatiemoment volgt 6 tot 10 weken na de definitieve therapie.



Bron: <http://sportsillustrated.cnn.com>, www.dipity.com, <https://shop.briggscorp.com>, gertnoordhoek.nl, www.podotherapievalois.nl

Referenties

NVvP. Artsenwijzer podotherapie, Amersfoort 2004.

Robert C. France, Introduction to sports medicine and athletic training, Thomson Delmar Learning.

PROGNOSE

Het te verwachten resultaat is goed. De patiënt zal klachtenvrij kunnen functioneren. Herstel kan ruim een half jaar duren.