



## Pijn in de voorvoet (Metatarsalgie)

### Algemeen

Metatarsalgie is een verzamelnaam voor allerlei klachten in de voorvoet. Vaak beginnen deze klachten door een overbelasting van de voorvoet, of is er sprake van een stands- of functieafwijking van de voet. Ook kan een ziekte zoals reuma aanleiding voor de klachten zijn, maar meestal is de oorzaak een doorgesakte voetboog aan de binnenkant van de voet.

### Klachten

Klachten die kunnen voorkomen bij pijn in de voorvoet zijn:

- eeltvorming onder de bal van de voet
- pijn in de midden- en/ of voorvoet tijdens belasting
- scheurtjes in de gewrichtskapsels van de middenvoetsbeentjes (vaker bij vrouwen)

## Diagnose door uw podotherapeut

Uw podotherapeut stelt de diagnose aan de hand van een voet- en houdingsonderzoek. Herkenbaar kan zijn:

- pijn ter hoogte van de eeltvorming en de middenvoetsbeentjes
- beperking van de bewegingen van de voorvoet
- afwijkende stand of functie van de voet

## Therapie

Als er sprake is van een afwijking in de voetstand of voetfunctie, dan worden er corrigerende podotherapeutische inlays vervaardigd. Deze corrigeren de afwijking en verminderen de overbelasting van de voorvoeten. Uw podotherapeut kan u een schoenadvies geven. Daarbij let de therapeut onder andere op de stevigheid, hakhoogte (hoge hakken worden sterk afgeraden) en de buigzaamheid van de schoen (een te dunne schoenzool wordt ook afgeraden). Als er sprake is van overmatige eeltvorming, dan zal de podotherapeut deze verwijderen middels een voetbehandeling of u doorverwijzen naar een pedicure. Zes tot tien weken na het onderzoek en start van de therapie komt u opnieuw langs bij de podotherapeut voor een controle.

## Herstel

Afhankelijk van de oorzaak zullen de klachten verminderen of verdwijnen. Bij 77% van de patiënten verminderen de klachten en 36% is na acht weken klachtenvrij.