



Naar binnen zakken van de voet (Calcaneovalgus)

Algemeen

Wanneer de achtervoet naar binnen zakt, ontstaat er meestal ook een standsverandering in de rest van de voet. Als gevolg van de afwijkende voetstand kunnen er hogerop in het lichaam standsafwijkingen ontstaan. Vaak draaien het onderbeen, de knie, het bovenbeen en de heup mee naar binnen.

Klachten

Klachten die kunnen voorkomen bij een naar binnen gezakte achtervoet zijn:

- pijn aan de binnenkant van de voet
- pijn ter hoogte van enkel, onderbeen, knie of heup
- een combinatie van klachten op meerdere van bovengenoemde plekken

Diagnose door uw podotherapeut

De podotherapeut zal:

- in staande positie bepalen hoeveel uw achtervoet naar binnen zakt
- de stand van uw onderbeen, knie, bovenbeen, heup en rug beoordelen
- de mobiliteit van de gewrichten in uw voet bepalen
- door middel van een ganganalyse bepalen hoeveel uw voet tijdens het lopen naar binnen zakt

Therapie

Als er sprake is van een afwijking in de voetstand of voetfunctie, dan kunnen er podotherapeutische inlays worden vervaardigd. Daardoor worden de voeten gecorrigeerd en ondersteund tijdens het staan en lopen. Ook kan uw podotherapeut u een schoenadvies geven. Daarbij let de therapeut onder andere op de stevigheid, hakhoogte en buigzaamheid van de schoenen. Indien nodig geeft uw podotherapeut oefeningen mee voor het trainen van de voetspieren, soms onder begeleiding van een fysiotherapeut of een oefentherapeut. Zes tot tien weken na het onderzoek en start van de therapie komt u opnieuw langs bij de podotherapeut voor een controle.

Herstel

Bij 80% van de patiënten verminderen de klachten, 60% is na acht weken klachtenvrij. Bij kinderen is vaak volledig herstel mogelijk.