

Overbeweeglijkheid van het gewricht (Hypermobiliteit of Hyperlaxiteit)

Bij hypermobiliteit (of hyperlaxiteit) lijkt het wel of alle gewrichten 'los' zitten. Schouder, de bovenarm en het been kunnen gemakkelijk uit de kom schieten. Vaak heeft u ook knieklachten bij het fietsen en traplopen. Bekende problemen zijn lage rugklachten, vermoeidheid en pijn aan de polsen.

Mensen met hypermobiliteit zijn bijzonder lenig. Ze kunnen hun gewrichten zoals tenen, vingers, ellebogen en knieën verder doorbuigen dan de meeste mensen. Bij hypermobiliteit zijn de gewrichten buitengewoon elastisch doordat kapsels en banden minder stevig zijn dan normaal. Ze rekken gemakkelijk mee bij het aanspannen. Het is geen afwijking of een ziekte maar een eigenschap waarmee u probleemloos oud kan worden. Hyperlaxiteit komt voor bij minder dan twee procent van de bevolking en vaker bij kinderen met het syndroom van Down.

Hypermobiliteit bij kinderen

Doordat de aandoening een erfelijke afwijking is van het bindweefsel hebben de ouders grote kans dat hun kinderen ook de kenmerken hebben. Kinderen die hypermobiel zijn, gaan meestal later lopen. Vaak zijn het bilschuivers en ontwikkelen zij zich enkele maanden later dan gebruikelijk.

Kenmerken

Door het makkelijk overstekken van de elleboog en knieën is het voor de kinderen moeilijk om op een rechte lijn te lopen. De grove motoriek is minder ontwikkeld en lopen ze makkelijk ergens tegenaan. Ook bij een bekken scheefstand wordt dit zonder probleem gecompenseerd met een lichte draaiing in de heup. In de regel ervaren kinderen geen pijn en worden vaak "lenige" kinderen genoemd.

Behandeling

Als er voetklachten zijn, is het belangrijk goed te luisteren naar de signalen van uw lichaam. Steunzolen, aangepaste schoenen en braces om te stabiliseren kunnen uitkomst bieden. Fysiotherapie kan daarbij een ondersteuning zijn.