

Likdoorn (Clavus)

Likdoorns zijn verdikte (eelt) plekken van de huid die gevormd worden als reactie op extreme plaatselijke druk en wrijving. Likdoorns zijn meestal hard en rond van vorm met daarin een kern. Ze komen voor op de voetzool of op de tenen en ze doen behoorlijk pijn. Belangrijkste oorzaak zijn knellende schoenen en te veel druk. Maar het kan ook komen door een verkeerde stand van de voet of door overgewicht.



Er zijn twee varianten, zachte en harde likdoorns. Meest voorkomend zijn de harde likdoorns bovenop de tenen. De weke variant is een open wondje met een zachte kern. Vaak het resultaat van een botafwijking of het gevolg van transpiratievocht dat niet kan verdampen. Ze zitten meestal tussen de vierde en vijfde teen.

Een likdoorn, ook wel eksteroog genoemd, is een sterke eeltvorming op een klein gebied van de huid. Het is een misverstand te denken dat een likdoorn een wortel heeft. Een likdoorn groeit van buiten naar binnen. Dat wil zeggen dat het gevormde eelt door de druk van de schoen op een kleine ruimte naar binnen wordt gedrukt, in een kegelvorm met de punt naar binnen. Door de kegelvorm doet de likdoorn pijn als men er op drukt. Bij een constante druk of irritatie kan een likdoorn zelfs gaan ontsteken.

Behandeling

Likdoorns zijn verdikte eeltplekken. En omdat eelt ontstaat door wrijving en druk zal een behandeling dus helemaal gericht zijn op het wegnemen ervan. Begin met het vervangen van knellende schoenen door nieuwe, comfortabele exemplaren. Likdoorns kunnen hardnekkig zijn. Verdwijnt de pijn niet ondanks de juiste behandeling en goed zittend schoeisel? Dan is het beter om een voetspecialist te raadplegen.

Een pedicure kan deze likdoorn verwijderen en adviseren hoe likdoorns te voorkomen. Als er aan de oorzaak niets wordt gedaan, bijvoorbeeld door op dezelfde schoenen te blijven lopen, is het logisch dat zich op den duur weer een likdoorn vormt.

Tips

- Draag geen smalle schoenen en geen hoge hakken
- zorg voor voldoende ruimte voor de tenen als u nieuwe schoenen koopt