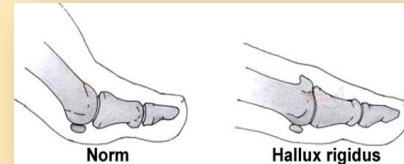


Hallux Rigidus

Bij een hallux rigidus is de grote teen minder beweeglijk en voelt stijf aan. De pijn zit met name aan de bovenkant van de basis van de grote teen. Bij langere tijd druk kan een exostose (botgroei) ontstaan.

Een hallux rigidus is een verlies van de beweeglijkheid van het MTP1-gewricht. Dit is het grote teen gewricht dat tussen het middenvoetsbeentje en de grote teen zit. Als u er langer mee blijft lopen ontstaat er een knobbel aan de bovenkant. Dit is een benig aangroei van het bod (osteofyt).



Klachten komen vaker voor bij mannen dan bij vrouwen. Vaak wordt een hallux rigidus veroorzaakt door artrose (slijtage van het kraakbeen in het gewricht). Verder kan het veroorzaakt worden door een trauma (letsel door stoten of vallen), letsel bij het sporten, door jicht, hypermobiliteit of door een afwijking van het middenvoetsbeentje

Klachten

- Pijn rond het grote teen gewricht, vooral aan de bovenkant.
- Grote teen is stijf en minder beweeglijk
- Pijn bij het naar boven buigen van de grote teen
- Pijn aan de knobbel (osteofyt) op de grote teen
- Pijn tijdens het lopen door overcompensatie

Behandeling

De pedicure kan overmatig eelt en mogelijke likdoorns verwijderen. Verder kan ander schoeisel verlichting bieden. Ruime schoen met een stijve zool wordt aangeraden. Tevens kan de pedicure u doorverwijzen naar een podotherapeut.

Door een steunzool in de schoen te plaatsen of een afwikkelbalk onder de zool, kan de grote teen ontlast worden.

In ernstige gevallen kan een operatieve ingreep overwogen worden.