

## Slijtage in het onderste spronggewricht (achtervoet)

### Beschrijving:

#### Wat is artrose?

*Bij artrose is er sprake van slijtage van het kraakbeen in het gewricht. Kraakbeen is nodig om de botten soepel langs elkaar te laten bewegen. Slijtage is normaal bij het ouder worden, maar bij artrose is de slijtage aan het kraakbeen overmatig. Het gladde oppervlak wordt dun, brokkelig of het kraakbeen verdwijnt helemaal. Hierdoor komt er steeds meer wrijving tussen de botten en dat doet pijn. Het lichaam kan de slijtage niet meer repareren.*

*Als de artrose erger wordt, kunnen aan de randen van het gewricht ook botuitstulpingen ontstaan, deze heten osteofyten. Die maken het bewegen extra moeilijk en pijnlijk.*

#### *Het onderste spronggewricht*

Het onderste spronggewricht of subtalaire gewricht is het gewricht tussen de onderkant van sprongbeen en het hielbeen. Het gewricht is vooral belangrijk voor het naar binnen en buiten kantelen van de achtervoet. U hebt dit nodig bij het aanpassen aan oneffenheden van de grond.



#### *Oorzaken van slijtage in het onderste spronggewricht*

De vier belangrijkste oorzaken zijn:

- Trauma
- Afwijkende stand van de voet
- Ontsteking

- Onbekende oorzaak

Pijn in de enkel is niet altijd artrose. Er zijn een heleboel aandoeningen die pijn aan het enkelgewricht kunnen veroorzaken maar die geen artrose zijn.

Voorbeelden hiervan zijn:

Een plaatselijke beschadiging van het kraakbeen van het enkelgewricht.

Een ontsteking van het gewrichtsvlies

Overmatig littekenweefselvorming in het enkelgewricht na een trauma

Celsterfte in het spongbeen door een slechte doorbloeding van het bot. Dit ontstaat na een ernstig letsel en bij mensen die veel roken.

### *Klachten van slijtage in het onderste spronggewricht*

Specifieke symptomen die passen bij artrose van het onderste spronggewricht zijn:

- Pijn bij het lopen op onregelmatig terrein;
- Zwelling van de achtervoet;
- Teveel naar binnen of buiten staan van het hielbeen

### Diagnose van slijtage in het onderste spronggewricht

- De klachten, de voorgeschiedenis en lichamelijk onderzoek van de patiënt geven vaak al voldoende duidelijkheid. Een röntgenfoto kan de diagnose bevestigen. Soms wordt een CT scan gemaakt. Met een echo kunnen artroseverschijnselen worden gezien langs de randen van de gewrichten.

### Behandelmogelijkheden van slijtage in het onderste spronggewricht

- Er wordt altijd eerst geprobeerd de klachten te verhelpen met een niet-operatieve behandeling. Er zijn verschillende behandelmogelijkheden