

Hoge wreef – Holvoet (middenvoet)

Beschrijving:

Een holvoet is een voet met een abnormaal hoge wreef. Het tegenovergestelde van **een platvoet**. **Een platvoet** is simpel gezegd een platte voet. De boog aan de binnenkant van de voet, is bij een platvoet, ingezakt of verdwenen. Voeten zijn er in verschillende vormen en maten. Het is dan ook lastig om een grens te trekken wanneer een voet een platvoet is. Wij spreken over een platvoet bij een platte voet die klachten geeft.



Bij een holvoet zijn de tenen zijn geneigd om in een klauwstand te gaan staan en het peesblad in de voetsool is gespannen. Een holvoet hoeft niet abnormaal te zijn. Zolang het niet te erg wordt, kan het gewoon een variant zijn van de normale voet.



De enkel staat bij een holvoet wat naar buiten en de hiel wijst naar binnen, waardoor de voorvoet meer op de buitenrand steunt.



Voorbeeld van een holvoet

Oorzaken hoge wreef

De meeste holvoeten (60%) worden veroorzaakt door een aandoening aan de zenuwen die de voetspieren aansturen. Door deze aandoening raken de spieren uit balans, waardoor de voet in langzaam in een andere vorm wordt getrokken.

In sommige families komen holvoeten vaker voor. Dit kan komen door een erfelijke neurologische aandoening. De meest voorkomende erfelijke oorzaak in Nederland, voor een holvoet, is erfelijke sensomotorische neuropathie. Een afwijking waarbij de spieren steeds zwakker worden.

Klachten hoge wreef

Veel mensen met een holvoet hebben geen klachten. Sommigen ervaren echter kleine problemen, zoals het lastig kunnen vinden van een passende schoen. Bij een ernstige holvoet kunnen de klachten veel erger zijn, waardoor u uw dagelijkse activiteiten niet meer kunt uitvoeren.

Diagnose hoge wreef

Over het algemeen geeft lichamelijk en radiologisch onderzoek voldoende duidelijkheid over de oorzaak van een hoge wreef. In sommige gevallen is echter een neurologisch onderzoek met zenuwgeleidingstesten (EMG) nodig om de oorzaak vast te stellen.

Behandelingen hoge wreef

Een niet-operatieve behandeling is er op gericht om de klachten te verminderen. Een dergelijke behandeling kan bestaan uit:

- [Schoenadvies](#)
- [Steunzolen](#)
- Enkelbrace, tape of spalk
- [Fysiotherapie](#)

- Schoenaanpassing
- Pedicure