

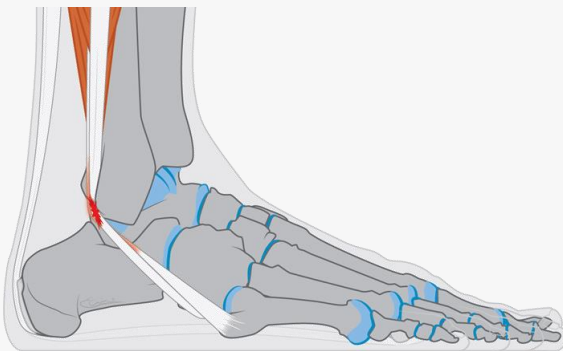
Gescheurde peroneuspees (achtervoet)

Beschrijving:

Wat is een scheur in de peroneuspees?

De peroneuspezen zijn twee belangrijke pezen die aan de buitenzijde van de enkel lopen. De peroneuspezen zijn pezen van de kuitbeenspieren genaamd de peroneus brevis pees (korte kuitbeenspier) en peroneus longus pees (lange kuitbeenspier).

Van deze twee pezen scheurt de korte kuitbeenspier het vaakst. Door middel van deze spier kunt u het buitenste deel van uw voet verder naar buiten draaien. Deze pees kan in de lengte splijten wat chronische klachten aan de buitenzijde van de enkel kan geven.



Oorzaken gescheurde peroneuspees

Een gescheurde peroneuspees kan zowel acuut als gelijkdelijk ontstaan. Een mogelijke oorzaak voor een lengtescheur in de peroneuspees is een enkelverstuiking. Bij een enkelverstuiking drukt het kuitbeen hard tegen de peroneuspees, waardoor de pees kan afplatten of scheuren.

Ook kan een scheur in de peroneuspees ontstaan door overbelasting, door bijvoorbeeld een holvoet. Bij een holvot kan die hiel naar buiten gekanteld staan, met als gevolg dat de pees overbelast kan raken. Daarnaast hebben mensen met diabetes mellitus en reumatoïde artritis en mensen die prednison gebruiken meer aanlag voor het scheuren van een peroneuspees

Klachten gescheurde peroneuspees

Patiënten met een gescheurde peroneus hebben vaak pijn achter of onder het kuitbeen. Daarbij heeft men vaak last van een instabiele enkel. Deze

combinatie is kenmerkend voor een gescheurde peroneuspees. Patiënten met enkelinstabiliteit, zonder gescheurde peroneuspees, ervaren vaak geen pijn of alleen aan de voorzijde van het kuitbeen.

Diagnose gescheurde peroneuspees

Uw specialist herkent een gescheurde peroneuspees door middel van lichamelijk en aanvullend onderzoek. Een aanvullend onderzoek kan bestaan uit een echografisch onderzoek of een scan. Ondanks het aanvullend onderzoek is het soms lastig om de scheur op beeld te zien.

Behandelingen gescheurde peroneuspees

Bij chronische pijn aan de buitenzijde van de enkel, door een gescheurde peroneuspees, zijn er verschillende niet-operatieve behandelmogelijkheden:

- [Schoenadvies](#)
- Pijnstillers
- [Steunzolen](#)
- Onderbeengips
- [Tapen](#)
- [Schoenaanpassing](#)