

## Artrose in het kleine gewricht van de grote teen (voorvoet)

### **Beschrijving:**

#### ***Wat is IP-artrose?***

Artrose is slijtage van het kraakbeen in een gewricht. Het kraakbeen zorgt er voor dat botten soepel langs elkaar bewegen. Slijtage is gebruikelijk bij ouderdom, maar bij artrose is de slijtage aan het kraakbeen overmatig. Het kraakbeen verdwijnt in zijn geheel, wordt dun of brokkelig, waardoor er steeds meer wrijving tussen de botten komt. Dit veroorzaakt pijn. Het lichaam kan de slijtage van het kraakbeen niet repareren.

Bij hevige artrose kunnen botuitstulpingen ontstaan aan de randen van het gewricht. Deze zogenaamde osteofyten maken bewegen bewegen extra moeilijk en pijnlijk.

#### ***IP-gewricht (gewricht tussen de teenkootjes) = interphalangeaal***

Het IP-gewricht is het laatste gewricht van de grote teen. Dit gewricht bevindt zich net achter de nagel, tussen de twee teenkootjes. Door middel van dit gewricht, kunt u het topje van de grote teen bewegen.



Op bovenstaande foto ziet u het IP-gewricht aangeduid door een rode cirkel.

#### ***Oorzaken artrose grote teen***

Artrose in het kleine gewricht van de grote teen kan ontstaan door:

- Letsel
- Afwijkende stand grote teen
- Ontsteking

#### ***Klachten artrose grote teen***

Algemene klachten die voorkomen bij artrose zijn:

- Pijn bij beweging
- Ochtendstijfheid
- Pijn in rust
- Stijfheid bij beweging
- Zwelling van het gewricht

Een kromme stand van de teen is kenmerkend voor IP-artrose.

### ***Diagnose artrose grote teen***

Lichamelijk onderzoek kan bij artrose in het kleine gewricht van de grote teen al veel duidelijkheid geven. Vaak staat de grote teen krom en heeft het aangedane gewricht een forse zwelling.

Door middel van een röntgenfoto is de slijtage vaak goed zichtbaar. Daarnaast kan een echo gemaakt worden om botuistulpingen goed te zien.

### ***Behandelingen artrose grote teen***

Helaas herstel schade aan het kraakbeen van een gewricht niet. Wel zijn er hulpmiddelen waardoor u minder last heeft van de slijtage aan het kleine gewricht van uw grote teen.

- Schoenadvies
- Schoenaanpassing
- Steunzolen
- Medicijnen