

Platvoeten bij volwassenen (middenvoet)

Beschrijving:

Wat is 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.



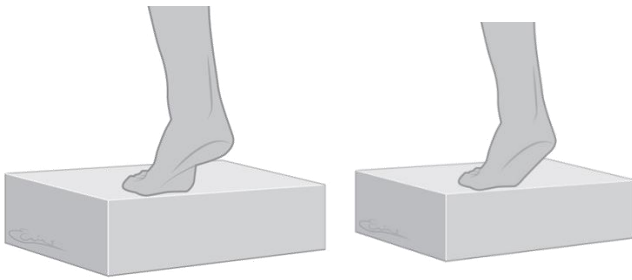
Ongeveer 10% van de volwassenen heeft een platvoet. Een platvoet geeft vooral klachten als de voet eerst normaal was, maar in de loop der jaren platter is geworden.



Voorbeeld van een platvoet

Soepele en stugge platvoeten

Bij platvoeten wordt er onderscheid gemaakt in twee soorten: soepele en stugge platvoeten. De holling onder de voet wordt, bij een soepele platvoet, weer zichtbaar als u op uw tenen gaat staan. Een stugge platvoet is stijf en blijft daarentegen ook plat als u op uw tenen staat.



Soepele platvoet

Stugge platvoet

Is een platvoet altijd slecht?

Een platvoet is niet altijd slecht. Niet iedereen ervaart klachten en veel mensen kunnen met platvoeten alles doen, ook een staand beroep uitvoeren of sport beoefenen. Een 'goede' platvoet is links en rechts hetzelfde, pijnloos en soepel. Ook wordt een goede platvoet niet erger in de loop van de tijd.

Oorzaken platvoeten bij volwassenen

Een platvoet bij volwassenen wordt vaak veroorzaakt door andere aandoeningen, zoals:

- Reumatoïde artritis;
- aangeboren stugge platvoet;
- Artrose van de voet;
- Neurologische aandoeningen, bijvoorbeeld verlammingen of spasticiteit;
- Ingezakte voet door zenuw schade (Charcot voet);
- Ingezakte voet door een pees aan de binnenkant van de voet die niet meer goed werkt.

Klachten platvoeten bij volwassenen

Een platvoet die pijnklachten geeft, doet dat meestal aan de binnenzijde van de voet. Bij een voet die erg scheef staat kan ook de buitenkant van de enkel pijn doen, doordat het hielbot tegen de buitenenkel knelt. Andere veel voorkomende klachten zijn het scheef afslijten van de schoenen, moeheid aan de binnenkant van de voet en zwelling bij normaal belasten.

Diagnose platvoeten bij volwassenen

Tijdens een lichamelijk onderzoek bepaalt de specialist of u een soepele of een stugge platvoet heeft. De specialist onderzoekt dan de stand van de voet en de kracht van de spieren. Ook wordt uw huid onderzocht op eeltplekken,

verdikkingen en verkleuringen, dit kan informatie geven die belangrijk is voor de behandeling.

Naast lichamelijk onderzoek, maakt uw specialist vaak een röntgenfoto om te beoordelen waar in de voet het probleem zich voordoet.

Behandelingen platvoeten bij volwassenen

Niet-operatieve behandelingen bij platvoeten richten zich op klachten verminderen en voorkomen dat klachten erger worden. Uw behandeling kan **onder andere bestaan uit:**

- Behandelen van onderliggende ziekte
- Verminderen van belasting
- [Schoenadvies](#)
- [Steunzolen](#)
- [Fysiotherapie](#)
- [Schoenaanpassing](#)