

# Eelt

## ***Wat is eelt?***

Eelt op de huid is een plaatselijke en beschermende verdikking van de opperhuid. Deze huid is te *herkennen* doordat het harder en ruwer aanvoelt. Eelt is een natuurlijke bescherming van de huid, waardoor er minder kans is op beschadiging van de huid. Het meeste komt eelt voor onder de voetzool, maar het kan daarnaast ook voorkomen op ellebogen, knieën, handpalmen of andere lichaamsdelen waar veel wrijving plaatsvindt.

Op plekken waar te veel druk of wrijving is, kan erg veel eelt ontstaan. Een beetje eelt is goed, maar teveel eelt zorgt (vooral in de schoenen) voor extra druk op de huid onder het eelt. Dit kan pijnlijk zijn en door de extra druk kan er nog meer eelt ontstaan.



## ***Oorzaken pijnlijk eelt op de voet?***

Doordat onze huid wordt blootgesteld aan wrijving of druk, kan er eelt ontstaan. Teveel eelt kan klachten geven. Er zijn verschillende oorzaken die voor extra wrijving of druk op onze voet zorgen, waaronder slecht passend schoeisel. Daarnaast kan er ook een oorzaak in het lichaam zijn waardoor het lichaam sneller eelt aanmaakt. Dit is kan voorkomen bij het ouder worden, waardoor men een drogere huid krijgt. Daarnaast zijn de belangrijkste oorzaken:

- Slechte voetverzorging
- Roken
- Overbelasting
- Scheve grote teen
- Stijve grote teen

## **Soorten eelt**

We onderscheiden twee soorten eelt:

- **Fysiologische eelt**  
*Is een normale verdikking van de hoornlaag ter bescherming van het onderliggend weefsel, is geelachtig van kleur, het centrale deel is een klein beetje dikker, gaat aan de randen over in gezonde, soepele huid, kan samen met de opperhuid bewogen worden. Dit type eelt is dus niet vergroeid met de onderliggende weefsels. Fysiologische eelt wordt nooit volledig weggenomen, snijden is hier dus niet van toepassing, enkel raspen of frezen en verzorgen met een aangepaste voetcrème zijn nodig.*
- **Pathologische eelt**  
*Deze ontstaat door een mechanische belasting. Compressie, rekking, wrijving en torsie veroorzaken hyperkeratosis t.h.v. de voet. Dit type eelt is geelachtig van kleur, het centrale deel is beduidend dikker, gaat aan de randen over in gezonde, soepele huid. Pathologische eelt beweegt niet meer mee met de opperhuid omdat het met de onderliggende weefsels vergroeid is. Daardoor voelt het hinderlijk, pijnlijk en branderig aan en moet het behandeld worden. De te behandelen zone moet eerst ingeweekt worden met een eeltverweker, hierna dient alle omringende en omliggende eelt verwijderd te worden. Indien dit niet gebeurt zullen na de behandeling opstaande randen ontstaan die erg hinderlijk zijn en aanleiding geven tot nieuwe klachten. De afwerking gebeurt aansluitend met een eeltrasp of frees.*

## **Klachten pijnlijk eelt op de voet**

Teveel eelt geeft extra druk op de huid onder het eelt, dit kan een brandende pijn veroorzaken. Eelt kan dermate veel druk geven op de onderliggende huid dat er een wond ontstaat. Zo'n wond is aan de buitenkant vaak niet goed te zien, maar wordt pas zichtbaar als het eelt is verwijderd.

Een te dikke eeltlaag kan openbarsten met als gevolg een wond in de huid (fissur). Bij diabetespatiënten en patiënten met een circulatiestoornis kan dit tot gevaarlijke infecties leiden.

## **Diagnose pijnlijk eelt op de voet**

Eelt op de voet is aan de buitenkant zichtbaar. Echter kan er onder het eelt een wond ontstaan. Als de specialist dit vermoedt, dan zal het eelt weggehaald moeten worden om de wond te behandelen.

Eelt en voetwratten worden nog wel eens met elkaar verward, omdat ze op elkaar lijken. Er is een gemakkelijke methode om te ontdekken of het om eelt of voetwratten gaat. Voetwratten kunnen namelijk overal op de voetzool voorkomen, niet alleen op plekken die (veel) belast worden. De GVV kan met een mesje wat van

de verharde huid afschrappen. Bij voetwraten worden dan kleine donkere spikkels in de huid zichtbaar (puntbloedingen). Bij eelt komt dit nooit voor, omdat er geen bloedvaten in eelt lopen.

### ***Behandelingen pijnlijk eelt op de voet***

Bij eeltklachten heeft de niet-operatieve behandeling de voorkeur. Helpt dit niet dan kan, afhankelijk van de oorzaak van het eelt, gekeken worden of een operatie een oplossing kan zijn. Niet-operatieve oplossingen ter voorkoming van pijnlijk eelt op uw voet kunnen zijn:

- Aangepast schoenadvies meegeven
- Goede sokken dragen
- GVV raadplegen
- Stoppen met roken
- Steunzolen dragen
- Eventueel een orthese dragen om lokaal de druk te verminderen



*eelt op de voervoet*



*eelt op de hiel voor en na de behandeling*