

Verdikking op de wreef – tarsal boss (middenvoet)

Beschrijving:

Wat is tarsal boss?

Tarsal bos is een verdikking op de voetrug, midden op de voet. Er kunnen verschillende soorten knobbels ontstaan op de voetrug. Zo kan de knobbel bestaan uit bot, kraakbeen, weke delen of vloeistof. Het verschil is niet altijd te voelen. Een verdikking op de wreef is vaak pijnlijk in de schoen.



Voorbeeld van een verdikking op de wreef

Oorzaken verdikking op de wreef

De oorzaak voor een verdikking op de wreef is vaak een stukje kraakbeen of bot dat uitsteekt. Dit kan komen door slijtage van gewrichten in de middenvoet. Ook kan de verdikking ontstaan door trauma, bijvoorbeeld doordat er iets op de voet is gevallen of er iemand op is gaan staan.

Een verdikking die de ene keer groter is dan de andere keer, is ontstaan door vloeistof. Dit is vloeistof die uit het onderliggende gewricht komt. Een dergelijke bult heet een gewrichtscyste. Deze cyste zorgt ervoor dat het gewrichtskapsel opzwelt of juist weer slinkt.

Klachten verdikking op de wreef

In de meeste gevallen is pijn de enige klacht die een verdikking op de wreef geeft. Dit komt vooral doordat de bult tegen de schoen aan drukt. Wanneer er sprake is van slijtage van het gewricht, dan kan het ook zonder schoen pijn doen.

Diagnose verdikking op de wreef

De verdikking op de voetrug is van de buitenkant duidelijk zichtbaar, echter zegt dit niets over de oorzaak van de bult. Door middel van lichamelijk onderzoek beoordeelt de specialist de bewegelijkheid van de voet. Een röntgenonderzoek kan uitwijzen of er sprake is van een uitstekend stukje bot of een extra bot. Ook kan slijtage zichtbaar zijn op een röntgenfoto. Een echo kan duidelijkheid geven over alle onderdelen van de verdikking: het bot, de weke delen, het gewrichtskapsel en de gewrichtsranden.

Behandelingen verdikking op de wreef

Niet-operatieve behandelingen voor een verdikking op de wreef zijn er op gericht om er voor te zorgen dat de schoen niet op de bult drukt, waardoor de pijn afneemt. Dit kan op verschillende manieren, namelijk:

- Rust
- [Schoenaanpassing](#)
- [Vilt](#)
- Vetertechniek
- [Steunzolen](#)
- [Fysiotherapie](#)