

Instituut D&C is een praktijk voor fysiotherapie. De therapeuten zijn naast algemeen fysiotherapeut geschoold in onder andere: Echografie, Shockwave Therapie, behandelen van Trigger Points, Medical Taping, enzovoorts. Daarnaast wordt er gespecialiseerd in Manuele Therapie.

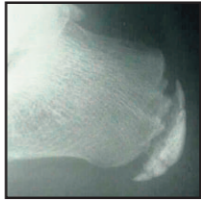


Hielpijn bij kinderen (Morbus Sever)

Morbus Sever is een veel voorkomende, maar vaak niet-geïdentificeerde oorzaak van hielpijn bij sportende kinderen. Morbus Sever wordt gezien bij jongens in de leeftijd tussen zeven en vijftien jaar en bij meisjes tussen de vijf en dertien jaar. De klachten worden het meest gezien bij basketbal, voetbal, atletiek en turnen en meestal kort na aanvang van het nieuwe sportseizoen.

Oorzaak

Morbus Sever is een overbelastingsyndroom welke wordt veroorzaakt door irritatie en/of beschadiging van de nog niet verbeende groeischijf van de hiel net voor of tijdens een groeispuurt. Er komt dan spanning te staan op de groeischijf als door de lengtegroei het spierpeescomplex sterk gespannen is. Het komt vaak voor na een trauma/letsel, bij overgewicht, en levert pijnklachten op bij op blote voeten lopen of grote lichamelijke activiteiten, zoals rennen en springen of op de tenen staan. Ook een afwijkende stand van het hielbeen kan een grotere trekkracht aan de achillespees geven waardoor de hielpijn geprovoceerd kan worden. Zodra de groeischijf zich sluit zal de pijn verdwijnen.



Behandeling

Het beperken van de sportbelasting op hardere ondergrond en het zorgen voor voldoende schokdemping is van essentieel belang voor het verminderen van de pijnklachten. Voor schokdemping kan gebruik gemaakt worden van siliconen of sorbothane inlegzolen. Daarnaast zijn rekkingsoefeningen van de kuitspieren en voetgymnastiek van belang. Voor fysiotherapeutische begeleiding hiervan heeft u bij kinderen tot 18 jaar vaak een verwijsbriefje nodig van de huisarts. Na een onderzoek kan er bepaald worden of schoenadvies voldoende is dan wel een podotherapeutische inlegzool aan te raden is.

Het maken van een röntgenfoto is niet zinvol, omdat hierop het kraakbeen niet zichtbaar is. Oefeningen en gedoseerde belasting zal bij pijnklachten nodig zijn tot het moment dat de groeischijf verbeend is en de hiel dus de belasting weer normaal kan dragen.

Wilt u meer weten over de behandelmogelijkheden van Instituut D&C bij hielklachten? Kijkt u dan op www.instituutdnc.nl of bel 0229-268554.

Wij zijn ook 's avonds open.