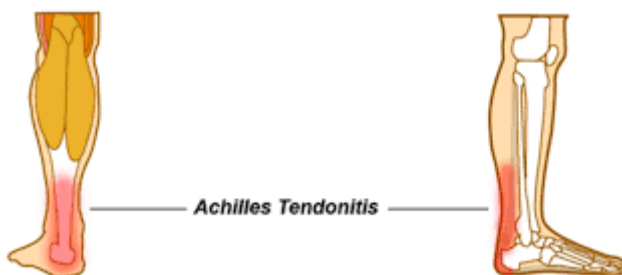


In onze podopraktijk zien wij dagelijks diverse voet-, knie-, heup- en rugproblemen.

ACHILLESPEESPROBLEMEN komen vaak voor

Wat is het?

De achillespees is een lange pees die de twee kuitspieren verbindt met de voet (hielbeen). Problemen ontstaan door overbelasting, een ongelukje of langzaam door meerdere, kleine stressmomenten door de jaren heen.



Wat zijn de symptomen?

De achillespees reageert met ontstekingsklachten (rood, warm, dik) en/of pijn. De pijn doet zich het meest voor óp of net boven de aanhechting van de pees. Er zijn diverse pijnstadia tot aan een chronisch stadium toe, waarbij de achillespees ook in rust pijnlijk is.

Hoe komt u aan deze klacht?

- Slecht looppatroon (naar binnen of naar buiten lopen)
- Foute stand (van de voeten of een scheefstand van het bekken (beenlengteverschil)
- Overbelasting bij sporten met veel stop-en-start acties (zoals tennis, voetbal en atletiek).
- Verkeerde schoenen (hoge hakken, stijve zolen of te zachte hakken)
- Geen of slechte warming up bij het sporten

Wat kun je eraan doen?

De podotherapeut gaat eerst op zoek naar de oorzaak van de klacht. Daarna zijn er diverse therapieën mogelijk, zoals (sport)zooltjes, teenstukjes (orthesen), loop- en schoenadvies. Daarbij kan de podotherapeut zorgen voor tijdelijke ontlasting (b.v. taping).

Heeft u deze klacht(en) en wilt u hiervoor naar ons toekomen dan kunt u een afspraak maken via 0165-542180.

U kunt kiezen uit 3 locaties in Roosendaal of 1 locatie in Bergen op Zoom. Voor meer informatie kijk op onze website www.podotherapieeenstapvooruit.nl.

Vergoeding is mogelijk vanuit uw aanvullende ziektekostenverzekering.