



# Weet wat u doet bij pijn aan **uw voet**



Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten

Het is vervelend als u pijn heeft aan of in uw voeten, enkels, knieën, heupen of rug...

Uw podotherapeut weet raad.

Uw podotherapeut is een erkend specialist op het gebied van de voet en behandelt uw klachten.

**Informatiefolder  
podotherapie**



Voetklachten

**De voet bestaat uit 26 afzonderlijke botten, 33 gewrichten, 107 banden en 19 spieren en pezen. Een ingewikkelde samenstelling, waar we zuinig op moeten zijn.**

**Voor het onderzoeken en behandelen van voetklachten en pijn aan de enkels, knieën, heupen of rug kunt u terecht bij de podotherapeut.**

**Podotherapeuten behandelen klachten die voortkomen uit afwijkend functioneren van de voeten en/of het looppatroon. Ook behandelen zij huid- en nagelaandoeningen en geeft een podotherapeut preventieve adviezen.**

#### **Waar vindt u een podotherapeut**

Een podotherapeut werkt in een:

- praktijk voor podotherapie;
- medisch centrum, waar ook andere (para)medici werken;
- ziekenhuis met een voetenpolikliniek, voornamelijk voor diabetes mellitus patiënten.

#### **Samenwerking met anderen**

Vaak werken podotherapeuten samen met andere zorgverleners, zoals fysiotherapeuten en medisch specialisten.

#### **Kwaliteitswaarborging**

Podotherapeuten zijn erkende paramedici en voldoen aan een groot aantal kwaliteitseisen. Ze worden regelmatig op hun functioneren en kennis getoetst. Daarnaast staan bijna alle podotherapeuten ingeschreven in het Kwaliteitsregister Paramedici en zijn vrijwel alle podotherapeuten lid van de Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten (NVvP).

## Waarvoor kunt u terecht bij een podotherapeut

### **Stand- en/of vormafwijkingen van de voet**

Door bijvoorbeeld platvoeten, holvoeten, gekantelde voeten of aangeboren afwijkingen.

### **Teenafwijkingen**

Door bijvoorbeeld hamertenen, klauwtenen of scheefstaande grote tenen.

### **Nagelproblemen**

Door bijvoorbeeld ingegroeide nagels of schimmelnagels.

### **Huidproblemen**

Door bijvoorbeeld eelt- of likdoornvorming.

### **Overbelastingsklachten**

Door bijvoorbeeld een afwijkende voetstand of vergrote belasting.

### **Voetproblemen door slecht passend schoeisel**

### **Specifieke hulpvraag**

Bij bijvoorbeeld diabetes mellitus, reuma, kinderen, sporters of klachten bij het staan en/of lopen.

## Hoe verloopt de intake

Eerst start de podotherapeut met een onderzoek naar de oorzaak van uw klachten. Daarna bespreekt de podotherapeut zijn bevindingen met u. Misschien heeft u nog andere (verwante) klachten? De podotherapeut stelt vervolgens de diagnose vast. Dit gebeurt door middel van de volgende methodes:

### **Inspectie**

Door de anatomische stand, afwijkingen, verkleuringen en/of bijzonderheden van uw voeten te inspecteren.

### **Palpatie**

Door pijnklachten uit te lokken en te kijken naar mogelijke afwijkingen

in botstructuren. Ook is er aandacht voor pijnlijke plekken.

### **Funcieonderzoek**

Door de bewegingsmogelijkheden en stabiliteit van gewrichten te testen. Hierbij neemt het functieonderzoek van de voet en de enkel een centrale plaats in. Met klachten aan knieën, heupen of rug wordt het functie-onderzoek uitgebreid.

In sommige gevallen voert de podotherapeut ook spiertesten uit om klachten te lokaliseren. Hierbij kijkt de podotherapeut op welke plaatsen en bij welke druk of houding pijnklachten ontstaan.



### **Ganganalyse**

Door te kijken naar de afwikkeling en de beweging van de voet en eventueel naar de beweging van de knieën, heupen en romp.

### **Podoscopie**

Een podoscoop is een lichtbak, waarbij op de bodem een spiegel is geplaatst.

De podotherapeut bekijkt hiermee de zolen van uw voeten om de drukverdeling te beoordelen.

### **Afdrukken/voetdrukmeting/podografie**

Met een blauwdruk, schuimafdruk of drukmeting beoordeelt de podotherapeut de drukverdeling onder uw voet.

## **Wat houdt de behandeling in**

### **Na het onderzoek maakt uw podotherapeut een behandelplan op maat en legt dit aan u voor.**

**Uw behandeling bestaat uit een of meer van de volgende therapieën:**

#### **Podotherapeutische zolen**

Om de druk onder de voet te verminderen of de stand van de voet te verbeteren.

#### **(Teen)orthese**

Om de stand van uw tenen te corrigeren, drukplekjes te voorkomen/verminderen en wrijving van de tenen te voorkomen/verminderen.

#### **Mobiliseren van de voet**

Om de verminderde mobiliteit (beweeglijkheid) van uw voet te voorkomen of te verbeteren.

Mogelijk wordt een drukmeetplaat ingezet. Hierop kunt u staan of lopen.

### **Schoeninspectie**

Slijtage van uw schoenen geeft veel informatie over uw looppatroon en de mogelijke oorzaak van uw klachten.

### **Differentiaaldiagnose**

Door de waarschijnlijkheidsdiagnose maakt de podotherapeut onderscheid tussen vergelijkbare diagnoses om zo te komen tot de juiste.

### **Schoenmodificaties**

Kleine aanpassingen aan uw confectieschoeisel.

### **Schoenadvies**

Uw schoen moet geschikt zijn voor uw voeten en de juiste pasvorm hebben.

### **Diabetes screening**

Risicoanalyse en advies ter preventie van wondjes.

### **Reuma screening en behandeling**

Screening van de voet op drukplekken en wondjes, (preventieve) behandeling van aanwezige drukplekken en behandeling van aanwezige wondjes.

### **Vilttherapieën en taping**

Tijdelijke drukontlastende therapie en/of ondersteuning van andere therapievormen.

### **Nagelbeugel en nagelprothese**

Bij ingegroeide of kromme nagels.

### **Instrumentele behandeling**

Als uw (medisch) pedicure uw nagels, eelt of likdoorns niet kan behandelen, bijvoorbeeld als u een risicovoet heeft.

### **Wondbehandeling**

Bijvoorbeeld bij mensen met diabetes mellitus of een reumatische aandoening.

### **Voorlichting en advies**

Hoe beter u weet wat goed is voor uw voeten, hoe beter u (preventieve) maatregelen kunt nemen.



# De podotherapeut, dé specialist in voetengezondheidszorg

U kunt op eigen initiatief een afspraak maken met een podotherapeut. U heeft in eerste instantie geen verwijsbrief van uw (huis)arts of medisch specialist nodig om voor deze zorg in aanmerking te komen.

Een podotherapeut vindt u via de website van de Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten (NVvP) [www.podoth therapie.nl](http://www.podoth therapie.nl).

## Wat neemt u mee bij een eerste bezoek

- geldig identiteitsbewijs;
- geldige zorgverzekering;pas;
- (sport)schoenen die u veel draagt.

## Wordt uw behandeling vergoed

Het onderzoek, de therapie en de behandeling van de podotherapeut wordt vergoed vanuit uw aanvullende verzekering. Heeft u diabetes dan is onder bepaalde voorwaarden vergoeding vanuit uw basisverzekering mogelijk.

Bijkomende voorwaarde is veelal dat de podotherapeut aangesloten is bij de Nederlandse Vereniging van Podotherapeuten (NVvP) en ingeschreven staat bij het Kwaliteitsregister Paramedici.

Raadpleeg uw zorgverzekeraar voor meer informatie over vergoedingen. Of kijk op [www.podoth therapie.nl](http://www.podoth therapie.nl) bij 'Vergoedingen'.

Deze folder wordt u aangeboden door:

