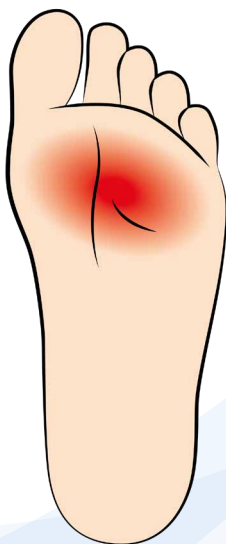


# Metatarsalgie

(pijn in de voorvoet)

Metatarsalgie is een medische verzamelnaam voor allerlei klachten in de voorvoet. Pijnklachten bevinden zich vaak onder de bal van de voet. De overbelasting die plaats heeft gevonden aan de middenvoetsbeentjes en (teen)gewrichten kan soms leiden tot een ontsteking in de voorvoet.



## Klachten

Een stekende of brandende pijn in de voorvoet is aanwezig. Hoe meer de voet belast zal worden tijdens het staan of lopen, hoe erger de pijn zal worden. De bal van de voet kan warmer of dikker worden, wanneer een ontsteking aanwezig is. Soms geeft men aan het gevoel te hebben 'op watten te lopen'. De tenen kunnen op den duur een dof gevoel gaan geven.

## Oorzaken

Meerdere factoren zullen bijdragen aan het ontstaan van klachten rondom de voorvoet;

- Stands- of functie afwijkingen in de voet, zoals een 'doorgezakte' voorvoet
- Overgewicht
- 'Verkeerd (ongeschikt)' schoeisel zoals hoge hakken
- Langdurige belasting tijdens het sporten of bepaalde werkzaamheden
- Verkeerd looppatroon

## Behandeling

Schoeisel speelt een belangrijke rol in de behandeling van de (pijn)klachten rondom de voorvoet. Uw podotherapeut kan u hierin advies geven. Zo kan een dikke stijve loopzool wellicht klachten verminderen of het dragen van een lagere hak.

Podotherapeutische zolen kunnen vervaardigd worden om een afwijkende voetstand indien nodig te corrigeren of ondersteunen. Bovendien zorgen de zolen voor een drukverdeling onder de voeten. De afwikkeling van de voet zal verbeteren waardoor klachten afnemen.

