

# TIBIALIS POSTERIORPEES SYNDROOM (PTTD)

## HOE HEB IK DIT GEKREGEN

- De oorzaak is niet bekend. 3,5% van alle vrouwen boven de 40 jaar hebben PTTD
- Het komt vaker voor bij personen met obesitas, hoge bloed druk of diabetes
- De aandoening verloopt progressief; zonder behandeling verslechtert de situatie

## VERLOOP VAN DE AANDOENING

**Stadium 1:** Pijn en zwelling rond de binnenenkel. De voet staat recht, maar de pees is ontstoken. Er kan een scheur in de pees zitten. In dit stadium is de enkel pijnlijk.

**Stadium 2:** Volledige scheur van de pees. De voet gaat doorzakken. Tenenstand op één been is niet meer mogelijk. Ook de gewrichtsbanden zijn overrekt of beschadigd. In dit stadium hoeft de enkel niet meer pijnlijk te zijn.

**Stadium 3:** Verstijving van de achtervoet. Correctie is niet meer mogelijk.

**Stadium 4:** Verstijving van de enkel.



## BEHANDELING

**Stadium 1:** Podotherapeutische zolen ter ontlasting van de pees. Bij gedeeltelijke verscheuring van de pees of de banden, moet een stevige wandelschoen tot over de enkel gedragen worden gedurende drie maanden.

**Stadium 2:** Podotherapeutische zolen ter ontlasting van de pees en ter correctie van de voetstand. Samen met een enkelbrace ter ondersteuning. De brace moet gedurende één jaar gedragen worden!

**Stadium 3:** Operatief ingrijpen en orthopedisch schoeisel

**Stadium 4:** Operatief ingrijpen en orthopedisch schoeisel

In stadium 1 en 2 is conservatief ingrijpen net zo effectief als operatief ingrijpen. De kans op complicaties is veel kleiner bij conservatieve behandeling.

## WAT KUNT U ZELF DOEN?

- Draag de zolen, en eventueel de wandelschoenen of brace consequent
- Volg de adviezen van de podotherapeut op
- Neem bij klachten contact op met uw podotherapeut

## PROGNOSE

Wanneer u de adviezen van uw podotherapeut opvolgt mag u verwachten dat uw klacht binnen ..... weken met ..... % is afgenomen.

Verslechtering van de situatie kan voorkomen worden en tot stadium 3 kan volledig herstel optreden.

---