



## MENISCUS LETSEL

### DIAGNOSE

Deze klacht betreft een zorgvraag, waarbij de patiënt pijn ervaart aan de mediale of laterale zijde van de knie ter hoogte van de gewrichtsspleet. Klinische diagnose:

- Pijn aan de mediale of laterale zijde van de knie ter hoogte van de gewrichtsspleet.
- Er zijn verschillende testen om eventuele schade aan de meniscus te diagnosticeren.
- Biomechanische analyse richt zich op een eventuele stands- en/of functieafwijking waardoor een verhoogde compressie op de meniscus ontstaat.

### Classificatiecodes

Huisarts (ICPC): L15

Specialist (ICD): S83.4

Fysiotherapie (VNZ): 007026

Oefentherapie (VNZ): 007026

Podotherapie (NVvP): W04

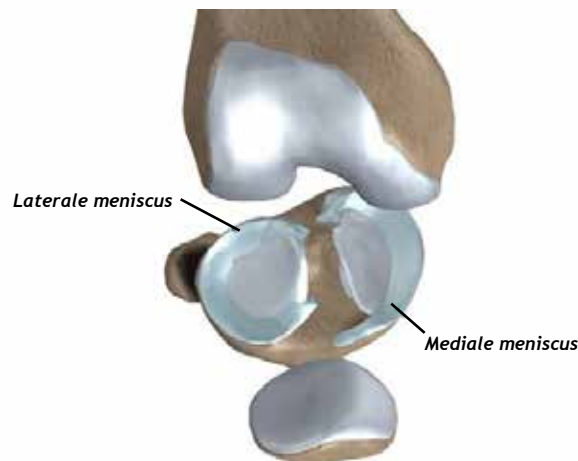
Zorgvraag (NVvP): 010024

Functies (ICF): b28015

Anatomie (ICF): s750

Activiteiten (ICF): a4153, a4700, a450

Participatie (ICF): p920



Bron: <http://www.physio-pedia.com>

### ACHTERGROND

De binnenmeniscus wordt door zijn geringere beweeglijkheid veel vaker beschadigd dan de buitenmeniscus. Meniscusletsels zijn meestal het gevolg van plotselinge strek- en/of draaibewegingen bij gebogen kniegewricht en gefixeerd onderbeen. Degeneratieve veranderingen aan de menisci ontstaan bij toenemen van de leeftijd en worden versterkt door overbelasting en afwijkende standen zoals genu varum en genu valgum. Naast pijn is er vaak sprake van (aanhoudende) zwelling.

### Trefwoorden

Meniscus, blessure, trauma, degeneratieve veranderingen, leeftijdsafhankelijk, belastingsafhankelijk, knieklacht.



## Classificatiecodes

Ortheses (ISO9999): 06.12.12

Ortheses (Cliq): 06.12.12.06.09.00

Ortheses (NVvP): 20

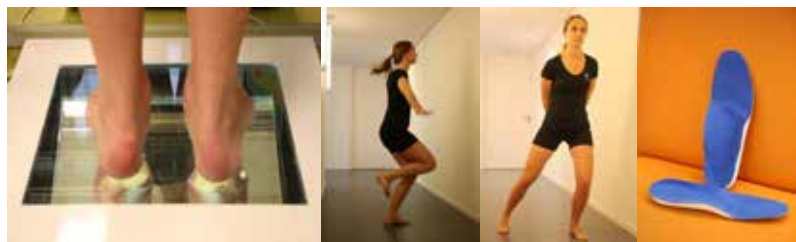
Schoenadvies (NVvP): 61

Taping (NVvP): 70

## THERAPIE

Het zorgplan (belasting en belastbaarheid) is afhankelijk van oorzaak en duur van de klachten. Pijnvermindering, activiteiten- en participatievergroting staan hierbij centraal:

- In geval van een biomechanische afwijking in de voetfunctie, worden corrigerende podotherapeutische zolen individueel aangemeten en vervaardigd. Deze hebben als doel de functie- en standsafwijking te corrigeren. Ze zijn inpasbaar in confectie-, werk- en sportschoeisel en worden afgeleverd met instructies en onderhoudsvorschrift.
- Er wordt een (sport)schoenadvies gegeven met speciale aandacht voor zoolmateriaal, ballijn, hakhoogte, stabiliteit bovenwerk, stevig contrefort, etcetera.
- Bij voorkeur wordt er behandeld in combinatie met fysiotherapie. De therapeut zal onder andere kunnen werken aan verbetering van de spierfunctie en actieve stabiliteit.
- Taping kan als ondersteunende therapie worden ingezet.
- Een evaluatiemoment volgt 6 tot 10 weken na starten van de definitieve therapie.



Bron: Podomedics

## Referenties

NVvP. Artsenwijzer podotherapie, Amersfoort, 2004.

Dos Winkel, Orthopedische geneeskunde en manuele therapie, Houten, 1992.

www.cura-fysio.nl.

## PROGNOSE

Het te verwachten resultaat is, afhankelijk van de oorzaak en de mate van beschadiging, redelijk tot goed. Bij onvoldoende effect blijft chirurgisch ingrijpen noodzakelijk.