



WINTERTENEN/PERNIONES/ FENOMEEN VAN RAYNAUD

DIAGNOSE

Deze klacht betreft een zorgvraag in de voorvoet, waarbij de patiënt pijn onder de bal van de voet, de hiel of ter hoogte van de digiti ervaart. Op vaatniveau treedt een afwijkende reactie op koude op, waardoor stuwing in de capillairen ontstaat. Klinische diagnose:

- De patiënt heeft rode, gloeiende, jeukende of branderige plekken op aan kou blootgestelde delen.
- In het onderzoek worden rode, gloeiende of zelfs blauwe digiti en hielen gezien. Er kan ook zwelling aanwezig zijn.
- Biomechanische analyse richt zich op de propulsiefase van het gaan. Hierin vindt vaak overbelasting plaats van de aangedane gedeelten van de voet, hetgeen tot extra pijnklachten kan leiden.



Pijnlijke topjes van de digiti

Bron: www.podomedics.nl

ACHTERGROND

Perniosis, ook wel wintertenen of -voeten genaamd, ontstaat door een abnormale reactie van de kleine bloedvaten in de huid bij blootstelling aan kou. In de arteriolen in de diepere gedeelten van de huid treedt na blootstelling aan kou een langdurige aanhoudende vasoconstrictie op, die niet automatisch gevolgd wordt door vasodilatatie. De capillaire vaatjes in de oppervlakkige lagen van de huid gaan wel maximaal openstaan in een poging om de afsluiting in de diepte op te vangen. Hierdoor ontstaan donkerrode of paarse verkleuringen en sensaties in de huid. Het fenomeen van Raynaud is juist herkenbaar aan het meer aanvalsgewijs optreden van witte verkleuringen van de huid gecombineerd met pijnklachten.

Classificatiecodes

Huisarts (ICPC): S99

Specialist (ICD): I73.0

Fysiotherapie (VNZ):

Oefentherapie (VNZ):

Podotherapie (NVvP): B09

Zorgvraagcode (NVvP): 030201

Functies (ICF): b28015

Anatomie (ICF): s75021

Activiteiten (ICF): a450, a455, a475

Participatie (ICF): p920

Trefwoorden

Pijn in de voet, wintertenen, rood, gloeiend, tintelingen, huidverkleuringen, brandend, voetklacht.



Classificatiecodes

Siliconen orthese (NVvP): 30

Instrumentele behandeling (NVvP): 40

Schoenadvies (NVvP): 61

THERAPIE

Het zorgplan (belasting en belastbaarheid) is afhankelijk van de oorzaak en duur van de klachten. Pijnvermindering staat centraal.

- De podotherapeut kan door drukverlagende maatregelen directe druk en pijn verminderen. Dit kan gedaan worden middels een siliconenorthese of podotherapeutische zolen, afhankelijk van de lokatie van het probleem.
- Er wordt een schoenadvies gegeven met speciale aandacht voor zoolmateriaal, ballijn, hakhoogte, stabiliteit bovenwerk, stevig contrefort en specifiek met stevig loopzool. Dit ter voorkoming van pijnlijke drukplekken door de schoen.
- Er wordt advies gegeven over voetverzorging, zoals het invetten van de huid, het nemen van wisselbaden en uitvoeren van instrumentele behandelingen.



Bron: <http://nl.wikipedia.org>, <http://selma.punt.nl>, www.juniperus.net.

PROGNOSE

In de wintermaanden zijn de klachten het hevigst. In de overige seizoenen zullen de klachten verminderen. Afhankelijk van de ernst van de klachten wordt de patiënt pijnvrij.

Referenties

NVvP. Artsenwijzer podotherapie, Amersfoort 2004.