Impingement van de enkel

Bij een impingement van de enkel is er sprake van een beknelling in het enkelgewricht, tussen het sprongbeen (talus) en het scheenbeen (tibia). Deze beknelling kan veroorzaakt worden door uitsteeksels aan het bot (benig impingement) of een prop van zacht weefsel in het kapsel van het gewricht (weke delen impingement).

Meestal zit de beknelling aan de voorzijde van de enkel, hoewel het ook mogelijk is dat deze aan de achterzijde zit.

Meer over impingement van de enkel

Oorzaken

Impingement wordt ook wel voetballersenkel genoemd. Met het schieten van de bal gebruikt de voetballer de binnenkant van de voet, de wreef en de enkel. Door de vele tikjes kunnen er kleine beschadigingen aan het enkelgewricht ontstaan. Overigens kan een voetballersenkel ook ontstaan aan de voorzijde van de enkel. Wanneer een voetballer met zijn voet in de grond schiet kan dit zelfs acuut leiden tot een voetballersenkel (geforceerde hyperplantairflexie).

De aandoening kan ook ontstaan bij het beoefenen van andere sporten of bij het (vaak) verzwikken van de enkel. Zoals bij een balletdanser, waarbij een impingement kan ontstaan aan de achterzijde van de enkel door het veelvuldig op de tenen staan.

Symptomen

Mensen met een impingement van de enkel hebben pijnklachten aan de voor- of achterzijde van de enkel. Aan de voorzijde wordt dit vooral gevoeld als ze de voet omhoog bewegen. Aan de achterzijde ontstaat de pijn als de voet naar beneden wordt bewogen, bijvoorbeeld door op de tenen te gaan staan. Er kan een zwelling ontstaan bij de enkel en kan het enkelgewricht kan stijf zijn.

Onderzoeken

Om de diagnose te stellen wordt een röntgenfoto gemaakt. Wat het stellen van de diagnose lastig maakt, is dat de botuitsteeksels met een röntgenfoto te zien zijn, maar de beknelling van het weefsel niet. Aanvullend wordt dan een MRI-scan of CT-scan gemaakt.

CT-scan

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/ct-scan-computer-tomografie
Onderzoek naar afwijkingen aan longweefsel, bloedvaten, organen en botten

MRI

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/mri
Onderzoek via magnetische technieken

Röntgenfoto

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/rontgenfoto
Foto van het lichaam met röntgenstraling

Behandelingen

In eerste instantie zal de orthopeed adviseren de enkel minder te belasten en te starten met fysiotherapie of manuele therapie. Soms kan éénmalig een corticosteroïdinjectie in het enkelgewricht worden gegeven, vooral om slijmvliesirritatie te verminderen.

Als de effecten van deze behandelingen onvoldoende zijn, dan is een kijkoperatie van de enkel (artroscopie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/kijkoperatie-het-enkelgewricht-artroscopie)) mogelijk. De orthopeed kan tijdens deze operatie verdikt en ontstoken slijmvlies en kapsel behandelen. Ook eventuele botuitsteeksels kunnen zo worden verwijderd.

Kijkoperatie in het enkelgewricht (artroscopie)

Zie: https://www.antoniusziekenhuis.nl/kijkoperatie-het-enkelgewricht-artroscopie

Meer informatie

Website

Lees meer informatie op de website van de Vereniging voor Orthopedie (https://www.orthopeden.org).

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Orthopedie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie)

Contact Orthopedie **T 088 320 23 00**