

Chirurgie

Achillespeesruptuur (scheur in de achillespees)

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

In deze folder staat informatie over een scheur in de achillespees (achillespeesruptuur) en hoe we deze kunnen behandelen.

Voor u persoonlijk kan de situatie anders zijn dan in deze folder staat.

Ligging en functie van de achillespees

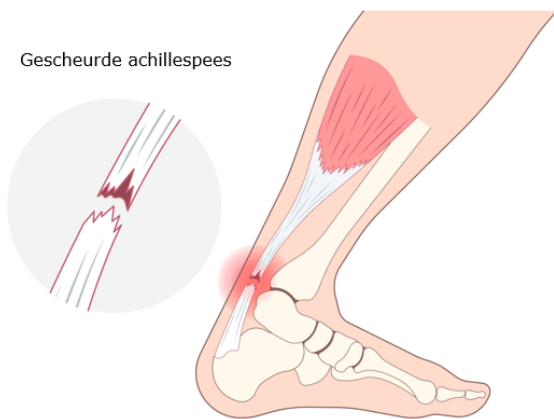
De kuitspieren zitten met de achillespees vast aan het hielbeen. Het is een belangrijke pees, waar vaak veel kracht op komt. Bijvoorbeeld bij hardlopen, maar ook bij andere bewegingen.

Een achillespees ruptuur

De achillespees kan van zichzelf niet stevig genoeg zijn. Of hij is zwakker geworden. Dan kan hij scheuren (= achillespeesruptuur). Dit komt bijna altijd door een plotselinge snelle beweging, bijvoorbeeld snel wegrennen.

Een achillespees scheurt het vaakst bij mannen tussen de 30 en 40 jaar die regelmatig sporten.

Als de achillespees scheurt, is er heel veel pijn achter op de kuit of de enkel. Je kunt dan bijna niet meer lopen.



Diagnose en onderzoek

Aan de buitenkant van de kuit is meestal niet te zien dat de achillespees gescheurd is. Daarom doet de arts een aantal kleine onderzoeken:

- de hiel kan niet meer van de grond worden getild;
- bij knijpen in de ontspannen kuitspier beweegt de voet niet;
- in de kuit is te voelen dat de pees kapot is.

De behandeling

- De gescheurde achillespees wordt behandeld met gips.
De voet wordt in strekstand (spitsstand) gehouden met behulp van een gipsspalk. De spitsstand van de voet zorgt ervoor dat de gebroken peesuiteinden tegen elkaar komen te liggen. Zo kunnen ze weer aan elkaar groeien.
- U krijgt 2 weken 'spits'gips. Daarna nog 4 weken loopgips.
- Ook krijgt u een verwijzing naar een fysiotherapeut die u helpt met oefeningen.
- Na ongeveer 10 - 12 weken kunt u weer redelijk normaal lopen en kunt u weer starten met sporten.

Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.

Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

Vragen

Heeft u vragen, dan kunt u op werkdagen van 08.15 - 12.00 uur en van 13.00 - 16.30 uur contact opnemen met de gipskamer van Alrijne Ziekenhuis, telefoonnummer 071 582 8045. De gipskamer van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp heeft routenummer 87.

De Spoedeisende Hulp (SEH) van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is bij een spoedeisende zorgvraag buiten kantoor tijden telefonisch te bereiken via 071 582 8905.