



## TIBIAAL STRESS SYNDROOM

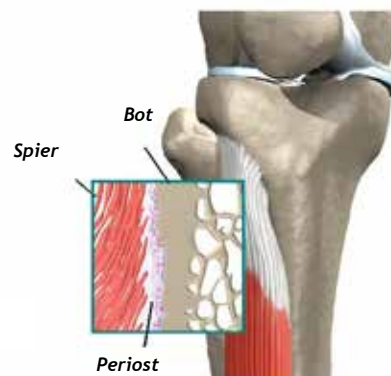
### DIAGNOSE

Deze klacht betreft een zorgvraag in het onderbeen, waarbij de patiënt pijn rond de tibia ervaart. Klinische diagnose:

- De patiënt ervaart een stekende pijn rond het middelste en onderste derde deel van de mediale tibiारand. Deze pijn verergert tijdens inspanning.
- Pijn kan gelokaliseerd worden aan de mediale- en achterzijde van de tibia voor ongeveer 7 tot 10 cm achtereen door middel van palpatie.
- Bij het onderzoek geeft inversie van de voet tegen weerstand en passieve eversie van de voet pijn.
- Biomechanische analyse richt zich op hyperpronatie en close-packed position tijdens de toe-off fase van de gang.

### Classificatiecodes

Huisarts (ICPC): L14  
 Specialist (ICD): Z73.3  
 Fysiotherapie (VNZ): 007114  
 Oefentherapie (VNZ): 007114  
 Podotherapie (NVvP): Z01  
 Functies (ICF): b28015, b770  
 Anatomie (ICF): s75018  
 Activiteiten (ICF): a450, a455  
 Participatie (ICF): p920  
 Zorgvraag (NVvP) :010023



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

### ACHTERGROND

Het tibiaal stress syndroom, voorheen ook wel Shin Splints genaamd, is een verzamelnaam voor een aantal overbelastingsletsels, die zich rond het middelste en onderste derde deel van de tibia kunnen manifesteren. Deze aandoening ontwikkelt zich meestal bij minder goed getrainde lopers aan het begin van een trainingsseizoen, bij verandering van loopondergrond of verandering van schoeisel, een te snelle toename van trainingsarbeid of afwijkende biomechanische factoren.

### Trefwoorden

Pijn in onderbeen, hardloopklacht, belastingsafhankelijk, doorzakken, beenklacht.



## THERAPIE

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

### Classificatiecodes

Ortheses (ISO9999): 06.12.03

Ortheses (Cliq): 06.12.03.06.03.09

Ortheses (Cliq): 06.12.03.06.09.09

Ortheses (ISO9999): 06.12.06

Ortheses (Cliq): 06.12.06.18.06.00

Ortheses (NVvP): 20

Schoenadvies (NVvP): 61

Oefening (ISO9999): 05.33.89

Oefening (Cliq): 05.33.89.00.00.00

Taping (NVvP): 70

- In geval van een biomechanische afwijking in de voetfunctie worden corrigerende podotherapeutische zolen individueel aangemeten en vervaardigd. Deze hebben als doel de standsafwijking te corrigeren. Daarnaast wordt de afwikkeling bevorderd wat resulteert in vermindering van klachten. 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.
- Er zijn nog een aantal ondersteunende therapieën die in combinatie aanbevolen kunnen worden: sportcompressiekousen, taping, spieroefeningen en trainingsadviezen.
- Een evaluatiemoment volgt 6 tot 10 weken na de definitieve therapie.



Bron: [www.eorthopod.com](http://www.eorthopod.com)

### Referenties

NVvP. Artsenwijzer podotherapie, Amersfoort 2004

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

## PROGNOSE

Het te verwachten resultaat is goed en klachtenvrij.