

Morton's neuroom

Wanneer u af en toe het gevoel hebt dat u op een knikker loopt en u hebt een aanhoudende pijn in de bal van uw voet, is het mogelijk dat u last hebt van een Morton's neuroom.

Definitie

Een neuroom is een goedaardig gezwel van een zenuw. Een Morton's neuroom is geen echte tumor maar een verdikking van het weefsel dat om de zenuw van de teen loopt. Het neuroom ontstaat daar op waar de zenuw onder de band loopt die de middenvoetsbeentjes in de voorvoet verbindt. Een Morton's neuroom komt het meest voor tussen de derde en vierde teen, meestal tengevolge van irritatie, trauma of buitengewone druk. Het Morton's neuroom komt 8 tot 10 maal vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.

Verschijselen

Meestal zijn er geen uitwendige verschijnselen, zoals een bult, want het is geen echte tumor.

- Brandende pijn in de bal van de voet die uitstraalt naar de tenen. De pijn wordt meestal erger bij activiteiten of bij het dragen van schoenen. Nachtelijke pijn komt bijna niet voor.
- Er kan ook gevoelloosheid of een onplezierig gevoel in de tenen optreden.

Hardlopers kunnen pijn voelen bij het afzetten van een startblok. Schoenen met hoge hakken kunnen de klachten verergeren. Smalle, te nauwe schoenen kunnen voor verergering zorgen door de druk op de botjes van de tenen waartussen de zenuw klem komt te zitten.

Diagnose en behandeling

Tijdens het onderzoek, zal uw arts onderzoeken of er een zwelling of een "klik" voelbaar is tussen de middenvoetsbeentjes. Er zal druk uitgeoefend worden tussen de middenvoetsbeentjes om te proberen de pijn op te wekken, er zal gekeken worden of er eeltvorming aanwezig is en of er aanwijzingen zijn voor stressfracturen die de pijn ook zouden kunnen veroorzaken.

Onderzoek van de bewegingsuitslagen kan uitsluiten of er sprake is van artritis of ontstekingen. Er zullen eventueel röntgenfoto's gemaakt worden om een stressfractuur of artrose uit te sluiten.

In eerste instantie zal de behandeling relatief simpel en niet operatief zijn.

- Vermijd hoge hakken of strakke schoenen, draag bredere schoenen met lage hakken en zachte zolen. Dit geeft het bot ruimte en zal de druk op de zenuw verminderen, waardoor er genezing kan plaatsvinden.
- Hulpstukken zoals inzetstukjes en/of kussentjes (orthoses) in de schoenen kunnen helpen om irritatie bij het bewegen van het bot te verminderen en zo de druk op de zenuw verminderen.
- Eén of meerdere injecties met corticosteroiden kunnen de zwelling en ontsteking verminderen en zo verlichting geven.

Verschillende studies hebben aangetoond dat een combinatie van ruimere, comfortabelere schoenen, niet hormonale ontstekingswerende medicijnen, hulpstukjes in de schoenen en cortison injecties in meer dan 80% procent van de gevallen verlichting geeft bij het Morton's neuroom.

Als conservatieve behandeling niet voldoende helpt, kan uw orthopedisch chirurg verschillende operatieve mogelijkheden met u bespreken. Chirurgie kan bestaan uit verwijderen van een deel van de zenuw of van de laag om de zenuw waarna meestal een korte herstelperiode nodig is.

Bron: American Academy of Orthopedic Surgeons Vertaling: Farnor B.V. © NOV, mei 2004,
goedgekeurd door de werkgroep Voet en Enkel