

morbus sever (hielpijn bij kinderen)

Wat is het?

In de groeifase moet het hielbeen in verschillende richtingen groeien. De groeischijf van het hielbeen bevindt zich aan de achterzijde van het hielbeen en is een groeicentrum van kraakbeen waar de achillespees aanhecht. Een ontstekingsreactie van de groeischijf (apofyse) van het hielbeen (calcaneus) heet apophysitis calcanei. Dit wordt ook wel Morbus (= ziekte van) Sever-Schinz genoemd. J.W. Sever beschreef de aandoening voor het eerst in 1912. De benaming 'ziekte van' suggereert dat het gaat om een ernstige aandoening. In werkelijkheid moet deze aandoening worden beschouwd als overbelastingsprobleem.

Ontstaan

Morbus Sever is de meest voorkomende oorzaak voor hielpijn bij kinderen en komt vaak voor bij (actieve) kinderen tussen +/- 7 en 13 jaar. De aandoening wordt meer gezien bij jongens dan bij meisjes. Bij kinderen in deze leeftijdscategorie, komen bij belasting van het hielbeen soms onregelmatigheden in de nog niet volgroeide groeischijf voor. De pijn kan onder andere veroorzaakt worden door een afwijkende hiel- en voetstand. Hierdoor ontstaat er een grotere trekkracht op de achillespees, deze trekt op zijn beurt weer aan het hielbeen, waardoor de hielpijn geprovoceerd wordt. Daarnaast kunnen ook trauma/letsel, overgewicht of grote lichamelijke activiteiten (zoals rennen en springen) oorzaken zijn voor het ontstaan van deze klachten.

Symptomen

Druk en kracht op het hielbeen kunnen bij lopen, rennen, stoten en springen pijnklachten en soms zelfs enige zwelling van de achterzijde van de hiel veroorzaken. Sporten zoals basketbal, tennis, hockey en voetbal provoceren de klachten. Vaak is de leeftijd van de jonge sporter en de plaats van de pijn al voldoende om de diagnose te kunnen stellen. Ter bevestiging van de diagnose kan een echo gemaakt worden. Wanneer het kind is uitgegroeid en de groeischijf zich sluit zal de pijn vanzelf verdwijnen.

Podotherapie

De behandeling van deze steriele (=schone) ontsteking van de groeischijf bestaat uit een beperking van de hielbelasting bij rennen / sporten. Het kind hoeft in principe niet te stoppen met sporten, maar bij hevige pijnklachten is het beter rust te nemen.

Na een onderzoek kan de podotherapeut bepalen of een schoenadvies (schoenen met een dikkere, dempende loopzool), dan wel een podotherapeutische inlegzool voorgeschreven dient te worden. De therapie zal nodig zijn tot het moment dat de groeischijf volgroeid is en de hiel dus de belasting kan dragen.

