



Osgood Schlatter (kniepijn bij kinderen)

Wat is het?

Osgood Schlatter is de meest voorkomende klacht van kniepijn bij (actieve) kinderen. De aandoening wordt meer gezien bij jongens dan bij meisjes. Bij jongens komt deze aandoening het meest voor tussen de 10 en 15 jaar en bij meisjes tussen de 8 en 13 jaar.

Eén van de groeischijven van de knie bevindt zich aan de voorzijde onder de knie, waar de kniepees aanhecht op het scheenbeen. Dit noemen we ook wel de groeischijfknobbel onder de knie. Bij Osgood Schlatter is er sprake van een pijnlijke overbelasting/irritatie van deze groeischijf.

Ontstaan

Wanneer een kind tijdens het sporten veel springt en rent, zoals bij basketbal, volleybal en atletiek, kunnen er pijnklachten ontstaan omdat de groeischijven hierbij worden overbelast. Ook kan er pijn en zwelling worden veroorzaakt door een afwijkende voetstand, zoals bijvoorbeeld een platvoet of holvoet. Er ontstaat dan een vergrote trekkracht op de bovenbeenspieren en de knieschijfpees. Deze trekken op hun beurt aan de groeischijf, wat de klachten veroorzaakt. Daarnaast kunnen ook trauma of letsel, overgewicht, zwakke en/of te korte spieren of te intensieve belasting oorzaken zijn voor het ontstaan van deze klachten.

Symptomen

Bij Osgood Schlatter voelt het kind pijn vlak onder de knie, waar de kniepees op het scheenbeen aanhecht. Dat kan bij zowel één als beide knieën voorkomen. Vaak is er sprake van zwelling of een bultje ter hoogte van de pijnlijke plek.



Wanneer de pijn onder het sporten is ontstaan, zwakt deze vaak in de uren na het sporten weer af. Druk op de pijnlijke plek, zoals knielen, kan de pijn ook provoceren. Vaak is de leeftijd van de jonge sporter en de plaats van de pijn al voldoende om de diagnose te kunnen stellen. Soms is het nodig om een röntgenfoto of een echo te maken ter bevestiging. Wanneer het kind is uitgegroeid en de groeischijf zich sluit, zal de pijn vanzelf verdwijnen. Het bultje wat ontstaan is kan wel blijvend zijn. De meeste kinderen ondervinden hier op latere leeftijd geen hinder van.

Podotherapie

90% van de patiënten reageren goed op een niet-operatieve behandeling. Het kind hoeft in principe niet te stoppen met sporten, maar bij hevige pijnklachten is rust nemen beter. Soms kan het ook nodig zijn om het pijnlijke gebied te koelen en de bovenbeenspieren op te rekken en/of te versterken.

Na het onderzoek kan de podotherapeut bepalen of een schoenadvies, dan wel een podotherapeutische steunzool voorgeschreven dient te worden. Dit omdat een podotherapeutische steunzool in combinatie met een schoenadvies ervoor zorgt dat de spanning van de kniepees op de knieschijf verlaagt kan worden. De therapie zal nodig zijn tot het moment dat de groeischijf volgroeid is.

