

## **Stijve grote teen (hallux rigidus)**

### **Klachten**

U heeft een stijve grote teen met pijn van een knobbel aan de boven en/of zijkant van de teen. Deze knelt in de schoen en kan soms gaan ontsteken. Als u de schoenen uitdoet of op blote voeten loopt gaat het veel beter. U heeft ondanks de stijfheid nauwelijks tot geen pijnklachten van het grote teengewricht met afwikkelen. Bij klachten met afwikkelen of pijn van het gewricht, zie artrose grote teen.

### **Niet-operatieve behandeling**

Als er weinig klachten zijn, kan een aangepaste schoen met meer ruimte voor de teen voldoende zijn. Ook kan een aanpassing aan de eigen schoen met extra gemak voor de afwikkeling en een wat stijvere zool de klachten doen verminderen.

### **Oorzaak**

De grote teen wordt stijf doordat er slijtage ontstaat in het grote teen gewricht. Door kraakbeenschade ontstaan er botaanwassen (osteofyten) die klachten kunnen geven met schoenen dragen. Vaak heeft de slijtage geen duidelijke oorzaak. Soms komt het voor als gevolg van ontstekingen (artritis), bijvoorbeeld bij jicht. Ook herhaalde kleine trauma's zoals bij voetbal aan de teen kan op termijn artrose geven.

### **Operatieve behandeling**

Indien de botaanwassen het meeste klachten veroorzaken en de pijn van de slijtage van het gewricht meevalt, kan een operatie worden uitgevoerd om de botaanwassen te verwijderen. De slijtage zelf wordt hierbij niet behandeld. Uw gewricht wordt niet vastgezet. U mag direct na de operatie weer op de voet staan en u krijgt geen speciale schoen aan.