




ROND
REUMA
LIVE

19

Een dag voor mensen met reuma
Alles over baanbrekend onderzoek,
behandelingen, omgaan met reuma





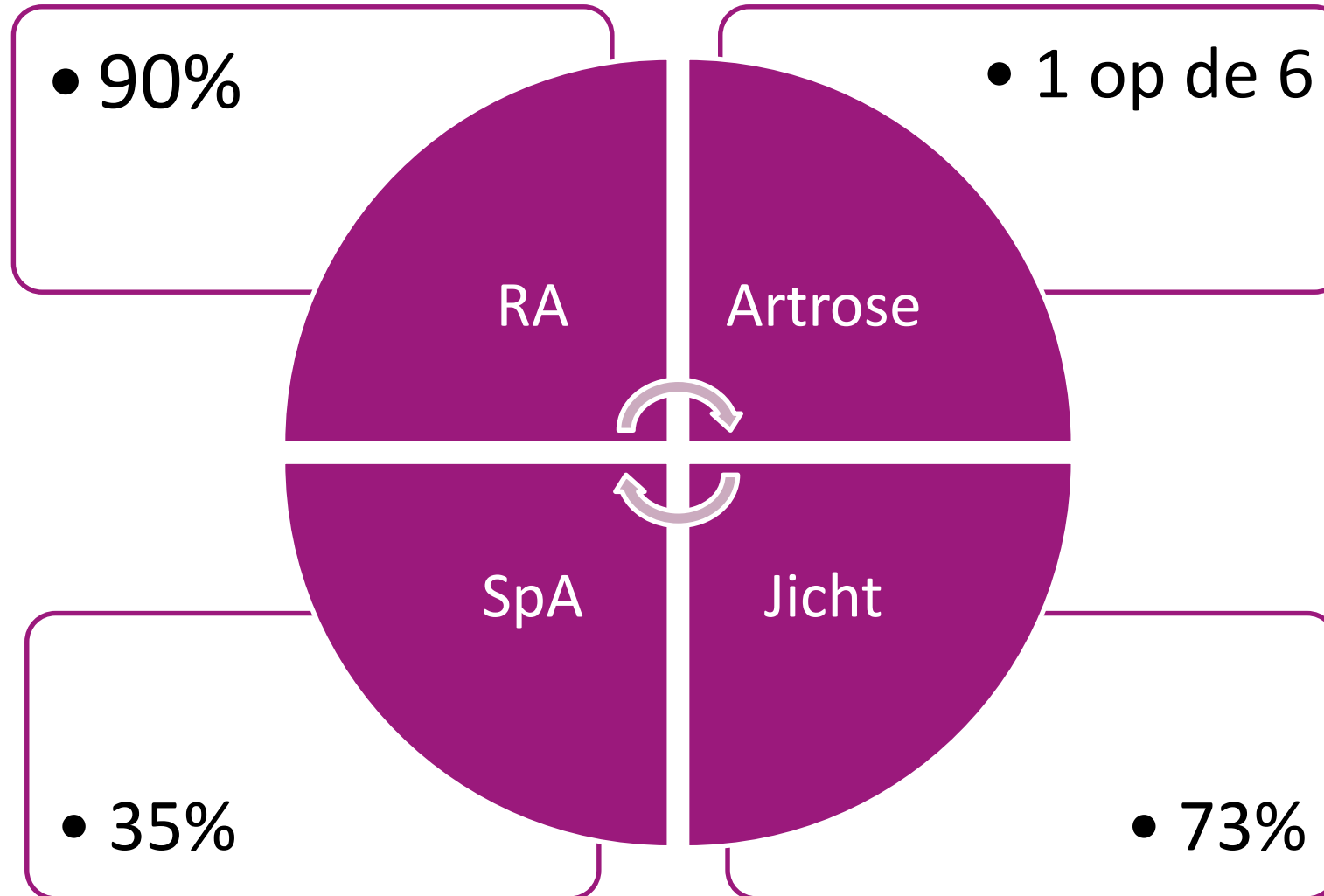
Voetklachten

Elleke Huijbrechts MSc

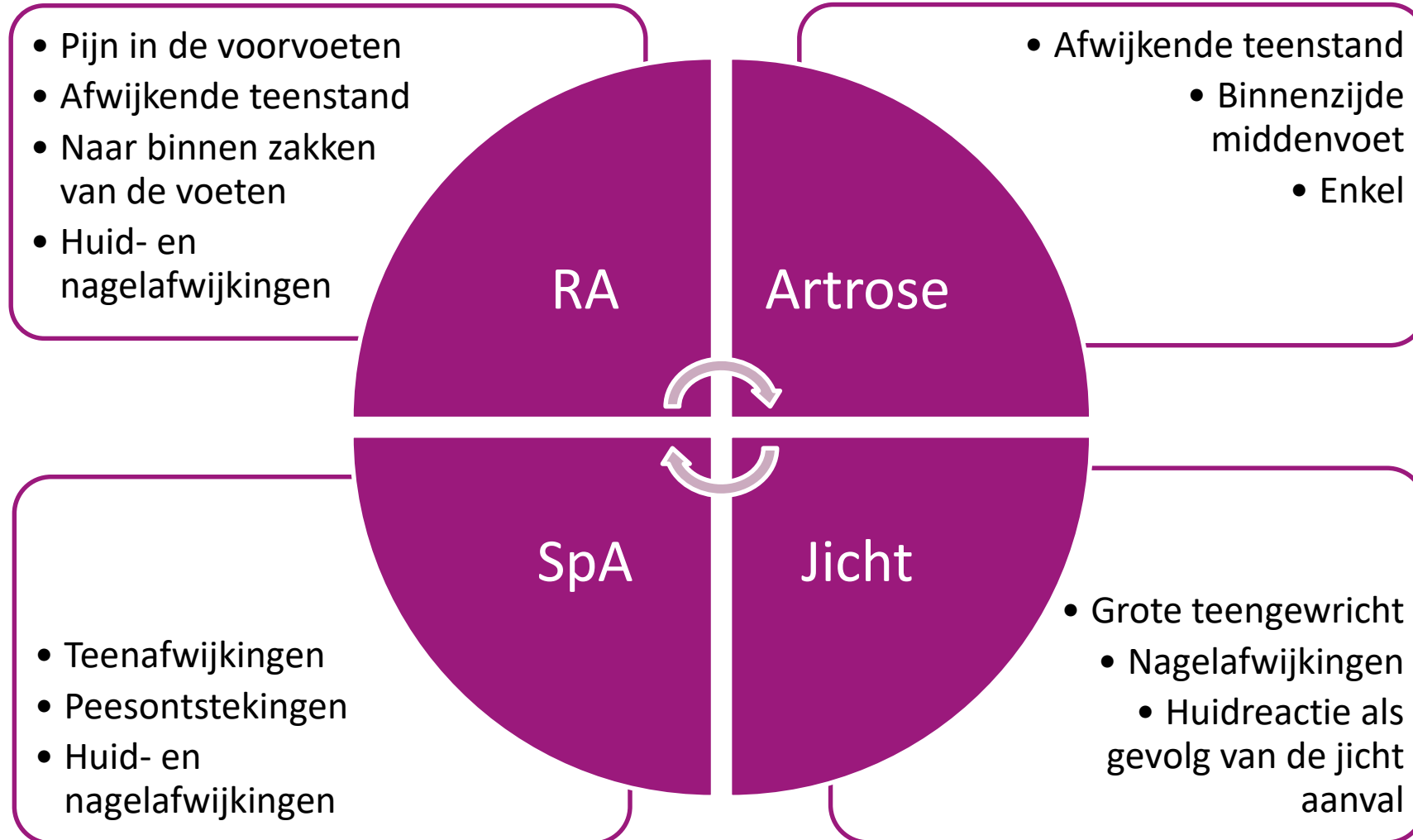
Voetklachten bij reumatische aandoeningen

Elleke Huijbrechts

Voetklachten bij reumatische aandoeningen



Voetklachten bij reumatische aandoeningen



Welke behandelopties zijn er?

- Medische discipline
 - Reumatologie
 - Reumatoloog
 - Verpleegkundig specialist
 - Physician assistent reumatologie
 - Reumaconsulent
 - Revalidatiearts
 - Orthopedisch chirurg
- Podotherapeut
- Podoloog
- Orthopedisch schoentechnoloog
- Orthopedisch schoentechnicus / orthopedisch schoenmaker
- Medisch pedicure en pedicure met aantekening 'reumatische voet'
- Overige disciplines
 - Huisarts
 - Fysiotherapeut
 - Oefentherapeut

Wat kan je zelf doen?

- Leefstijl
 - Zorgen voor een gezond gewicht
 - Stoppen met roken
 - Voorkomen van langdurige belasting op de voeten
 - Afwisseling van lichte en zware taken
 - Regelmatig rustpauzes nemen
- Zelf controleren van de voeten
 - Controleer dagelijks de voeten, tenen en nagels op wondjes, bloeduitstortingen, eeltvorming en likdoorns
 - Controleer dagelijks de schoenen en sokken op oneffenheden

- Voetverzorging
 - Dagelijks wassen van de voeten, zonder zeep en afdrogen tussen de tenen
 - Nagels kort maar recht afknippen
 - Dagelijks schone katoenen sokken te dragen
 - Regelmatig van schoenen te wisselen
 - Dagelijks smeren van crème op de voeten maar niet tussen de tenen!
 - Ga naar een pedicure als het fysiek niet meer lukt om zelf de voetverzorging te doen of als er sprake is van eelt, likdoorns of (neiging tot) ingroeien van nagels

Wat kan je zelf doen?

- Goede schoenen





ROND REUMA LIVE

'19

Een dag voor mensen met reuma
Alles over baanbrekend onderzoek,
behandelingen, omgaan met reuma

