

Enkelonderzoek

Vorbereiding

- Let steeds op links-rechts verschillen tijdens het onderzoek.

Toelichting

Enkelonderzoek

Inspectie, staand

- Laat de patiënt zo mogelijk staan in lichte spreidstand:
 - inspecteer voor- en achterzijde, lateraal en mediaal
 - inspecteer de stand van de voet ten opzichte van het onderbeen
- Inspecteer de weke delen:
 - huid: zwelling, verkleuring, littekens
 - spiercontouren: links / rechts verschillen
 - aanhechting achillespees aan calcaneus: zwelling, roodheid

Bij bewegingsonderzoek, weerstandstest en palpatie

Laat de patiënt op de rug te gaan liggen, met de enkels en de voeten over de rand.

Bewegingsonderzoek, liggend, actief, vergelijk links en rechts

- **Dorsaalflexie:** laat de patiënt de voeten actief heffen (tenen naar de neus trekken).
- **Plantairflexie:** laat de patiënt de tenen naar beneden bewegen (tenen weg duwen).

Bewegingsonderzoek, liggend, passief, vergelijk links en rechts

- **Dorsaalflexie:** fixeer met de ene hand de enkel boven het gewricht en omvat met de andere hand de hiel (calcaneus), duw met de onderarm de voet naar dorsaal.
- **Plantairflexie:** fixeer met de ene hand de enkel boven het gewricht en omvat met de andere hand dorsaal de middenvoet, duw de middenvoet naar plantair.
- **Varus:** fixeer met de ene hand de enkel op het bovenste spronggewricht en omvat met de andere hand de hiel (calcaneus), maak de varus beweging.
- **Valgus:** fixeer met de ene hand de enkel op het bovenste spronggewricht en omvat met de andere hand de hiel (calcaneus), maak de valgus beweging.

Enkelonderzoek

Toelichting (vervolg)

- Inversie: fixeer met de ene hand vanaf de laterale zijde de hiel (calcaneus) en omvat met de andere hand aan de plantaire zijde de middenvoet, draai deze met een plantairflexie-, adductie-, supinatie- beweging.
- Eversie: fixeer met de ene hand vanaf de mediale zijde de hiel (calcaneus) en omvat met de andere hand dorsaal de middenvoet, draai deze met een dorsaalflexie-, abductie-, pronatie- beweging.

Weerstandtests, liggend, vergelijk links en rechts

- Dorsaalflexie: fixeer met de ene hand de enkel boven het gewricht en omvat met de andere hand dorsaal de middenvoet, laat de patiënt de voet dorsaal bewegen (optrekken naar de neus) en houdt tegen.
- Plantairflexie: fixeer met de ene hand de enkel boven het gewricht en omvat met de andere hand plantair de middenvoet, laat de patiënt de voet naar plantair bewegen (naar beneden wegduwen) en houdt tegen.
- Inversie: fixeer met de ene hand de enkel en houd met de andere hand aan de mediale zijde de middenvoet tegen, laat de patiënt de voet naar binnen draaien.
- Eversie: fixeer met de ene hand de enkel en houd met de andere hand aan de laterale zijde de middenvoet tegen, laat de patiënt de voet naar buiten draaien.

Palpatie

- Palpeer de peesaanhechtingen:
 - aan basis van os naviculare
 - aan basis van os metatarsale 1 en 5
 - aan dorsum van calcaneus
- Palpeer de enkelbanden: voor-, onder-, achter- zijde malleolus lateralis en medialis

Onderzoek bij enkeldistorsie

Inspectie

- Laat de patiënt zo mogelijk staan:
 - inspecteer voor-, achterzijde, lateraal en mediaal
 - inspecteer de stand van de voet ten opzichte van het onderbeen
- Inspecteer de weke delen:
 - huid: zwelling, verkleuring, littekens
 - spier- en pees-contouren: links / rechts verschillen

Enkelonderzoek

Toelichting (vervolg)

Ottawa ankle rules

- Laat de patiënt de enkel belasten door 4 stappen te lopen zonder hulp.
- Palpeer de achterzijde van de onderste 6 cm van laterale en/of mediale malleolus.
- Palpeer de basis van het os metatarsale 5 en/of het os naviculare.

Palpatie

- Laat de patiënt op de rug te gaan liggen, met de enkels en de voeten over de rand.
- Palpeer de voorzijde van de laterale malleolus.

Voorste-schuiflade test

- Laat de patiënt op de rug te gaan liggen, met de enkels en de voeten over de rand.
- Fixeer met de ene hand dorsaal net boven het bovenste spronggewricht (malleoli), omvat met de andere hand plantair de hiel (calcaneus) en ondersteun de voetzool tegen de onderarm in lichte plantair flexie.
- Beweeg de voet naar ventraal (naar boven).

Nazorg

Voorlichten

- Beleid volgens bevindingen.

Literatuur

- De Jongh TOH, et al. Fysische diagnostiek. Houten: Bohn, Stafleu van Loghum, 2015.
- Van der Meer JWM, Van der Meer J, Linthorst G, Postma CT, Blockmans D. Anamnese en lichamelijk onderzoek. Houten: Bohn Stafleu van Loghum 2016.