Aandoening

Stijve grote teen (hallux rigidus)

Bij het afwikkelen van de voet beweegt de grote teen mee. Als u last heeft van een hallux rigidus wordt de afwikkeling steeds moeilijker omdat het gewricht steeds stijver wordt en minder meebeweegt.

Welke klachten geeft een stijve grote teen?

- Vaak is het grote teen gewricht wat verdikt door vocht of een harde zwelling bovenop het gewricht. Dit kan klachten geven met schoenen.

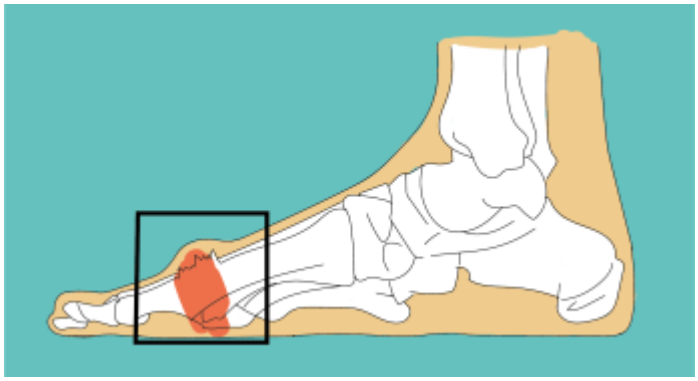


- Doordat u bij het lopen de grote teen niet meer goed kan afwikkelen, gaat u meer over de tenen aan de buitenzijde van de voet afwikkelen. Dit geeft klachten bij de eerste paar passen of in de ochtend, dit zijn startklachten.
- Omdat een ‘normale’ afwikkeling over de grote teen niet haalbaar is, gaat u de voet anders gebruiken. U kunt klachten krijgen aan andere delen van de voet, omdat die overbelast worden.



Stijfheid van het grote teen gewricht kan verschillende oorzaken hebben:

- Artrose; dit is eigenlijk overmatige slijtage van het kraakbeen. Tussen de 2 botstukken in het gewricht bevindt zich een laagje kraakbeen. Hierdoor kunnen de botstukken over elkaar heen glijden. Door slijtage is het kraakbeen dunner of helemaal weg. Bij veroudering van kraakbeen is het normaal dat het kraakbeen dunner en minder glad wordt. Doordat het kraakbeen verdwijnt ontstaat er wrijving tussen de botstukken, dit geeft dan weer stijfheid en pijn in het gewricht. De grote teen kan dan minder goed bewegen en afwikkelen. Op een röntgenfoto is artrose in het gewricht vaak goed zichtbaar.



- Het te strak staan van de buigpees van de grote teen. Doordat de pees te hard aan de grote teen trekt wordt de teen stijf tijdens het lopen. Bij het zitten kan de teen wel worden bewogen.
- Een breuk in van het grote teen gewricht in het verleden;
- Een afwijkende stand van het eerste middenvoetsbeentje;
- Jicht, reumatoïde artritis;
- Lange afstand hardlopen;
- Kleine letsels aan de grote teen of het grote teen gewricht.

Behandelingen

Het Voet- en Enkelteam van het Jeroen Bosch Ziekenhuis kijkt altijd naar de mate van de afwijking en pijnklachten. We proberen de klachten eerst te verhelpen met conservatieve behandelmogelijkheden. Wanneer dit geen resultaat geeft en de klachten ernstig zijn, kan een operatie besproken worden.

Injectie met een ontstekingsremmer (kenacort)

Bij een behandeling kunt u een injectie krijgen met een ontstekingsremmer (kenacort) en een verdovingsmiddel (bupivacaïne).

Het verdovingsmiddel werkt een paar uur (net als een tandartsverdoving). De ontstekingsremmer werkt na een paar dagen. Hierdoor kan pijn na enige uren terugkomen en soms heviger dan voorheen.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/injectie-met-een-ontstekingsremmer-kenacort

Stijve grote teen (hallux rigidus) - conservatieve behandeling

Bij een stijve grote teen bekijkt het Voet- en Enkelteam eerst samen met u of een aanpassing van uw schoenen of een behandeling met medicijnen uitkomst biedt. We noemen dit een 'conservatieve' behandeling, dat wil zeggen een behandeling zonder operatie.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/stijve-grote-teen-hallux-rigidus-conservatieve-behandeling

Stijve grote teen (hallux rigidus) - operatieve behandeling

Het Voet- en Enkelteam kijkt eerst of een stijve grote teen behandeld kan worden met een aanpassing van schoenen of medicijnen. Geeft dit geen resultaat of zijn de klachten ernstig? Dan kan een operatie besproken worden.

Het is afhankelijk van uw klachten welke operatie de orthopedisch chirurg uitvoert aan uw grote teen gewricht. We geven u hier

meer informatie over de mogelijke operaties.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/stijve-grote-teen-hallux-rigidus-operatieve-behandeling

Poliklinieken en afdelingen

Orthopedie

Het team van professionals van het specialisme Orthopedie behandelt mensen met problemen aan gewrichten, botten, spieren en pezen.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie

Voet- en Enkelteam

Het Voet- en Enkelteam is er voor mensen met langdurige klachten aan voet en/of enkel.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/voet-en-enkelteam

Code ORP-102

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis