

De charcotvoet

5 tips

Een charcotvoet is een heel zeldzame complicatie bij mensen die vaak langer dan tien jaar diabetes hebben. Diabetespodotherapeut Lian Stoeldraaijers geeft tips en uitleg over deze nog altijd vrij onbekende complicatie. TEKST: YVETTE KUIPER

1. Rode, gezwollen, warme voet? Naar de dokter!

“Een charcotvoet is een zeldzame complicatie bij mensen die vaak langer dan tien jaar diabetes hebben. Alle mensen met een charcotvoet hebben ook neuropathie, een verminderd pijngevoel. Hoe een charcotvoet ontstaat, is nog niet helemaal duidelijk. Een (vaak kleine) verwonding of verstuijing veroorzaakt een fractuur of verplaatsing van botjes in de voet. Doordat je niets voelt en de voet blijft belasten, kan dit een proces van beschadiging op gang brengen. Het gevolg is dan een ontsteking, botafbraak, fracturen en vervorming. Volgens diverse onderzoeken heeft slechts een zeer klein percentage van de mensen met diabetes een charcotvoet. Het werkelijke cijfer ligt waarschijnlijk een stuk hoger. Veel mensen gaan namelijk niet naar de dokter, omdat ze geen pijnklachten

hebben. Het ziektebeeld is vrij onbekend en de juiste diagnose wordt helaas niet altijd gesteld.”

2. Geen pijn betekent niet dat er niets mis is

“Een charcotvoet gaat altijd gepaard met neuropathie. Daardoor voel je minder of geen pijn. Ik heb meegemaakt dat iemand ‘wat last’ had en uiteindelijk drie breuken in zijn voet bleek te hebben. Geen pijn wil dus niet zeggen dat er niets mis is.”

3. Laat aanvullend onderzoek doen

“Omdat pijn vaak ontbreekt, missen veel artsen de diagnose en sturen ze hun patiënten op verdenking van verstuijing, infectie, jicht of artritis naar huis met antibiotica of andere medicijnen. Neem hier bij twijfel geen genoegen mee, maar vraag aanvullend onderzoek, zoals röntgenfoto's, bloedprikken of een MRI-scan om een charcotvoet uit te sluiten.”

4. Wees extra alert

“Wees na een wondje, zweertje, gestoten teen, verzwikking of struikelpartij, of ander trauma extra alert op zwellingen, roodheid en warmte. Controleer je voeten in ieder geval elke dag op veranderingen. De charcotvoet is er in verschillende gradaties. Bij een tijdige diagnose en behandeling kan de vormverandering meevallen.”

5. Zorg goed voor jezelf

“Een doodoener, maar voorkomen is nog altijd beter dan genezen. Probeer je diabetes zo goed mogelijk te reguleren, want een slechte regulatie betekent een verhoogd risico op neuropathie en daardoor op een charcotvoet. Zeker wanneer je wat ouder bent en al langere tijd diabetes hebt. Verzorg je voeten goed en ga geregeld op controle bij een (diabetes)podotherapeut.” ◀