

# DE GEVOLGEN VAN EEN HERSENINFARCT VOOR DE VOETEN

Meneer Simons komt al jaren bij je. **Sinds zijn herseninfarct vijf maanden geleden heb je hem niet meer gezien.** Zijn vrouw maakt de afspraak en vraagt of hij nog welkom is.

Je bent medisch pedicure en hebt meer mensen in je praktijk die een herseninfarct hebben doorgemaakt. Je weet dat praten lastiger is, dat het tempo van bewegen lager ligt en dat lopen niet meer zo vanzelfsprekend is. En ook dat je

extra alert moet zijn

omdat het gevoel

aan de voeten

veranderd kan

zijn. Je plant

iets meer tijd in

en licht mevrouw

van tevoren in dat de

prijs daarom ook hoger is. Ze

is allang blij dat haar man bij jou

terecht kan, want het lukt haar niet

meer om zijn nagels te knippen.

## EEN EERSTE INDRUK

Als meneer Simons binnenkomt, loopt hij met een stok. Hij tilt zijn rechterknie extra hoog op en het valt je op dat zijn voorvoet als eerste op de grond komt. Zijn looptempo is traag. Hij schenkt je een glimlach waar hij zichtbaar moeite voor doet. Je vraagt concreet waar je hem mee kan helpen. Hij wijst met zijn linkerhand zijn voeten aan. Vervolgens wijst hij naar zijn vrouw, die het verhaal aanvult: zijn schoenen worden momenteel aangepast door de orthopedisch schoenmaker omdat zijn rechervoet zo van stand is veranderd. Er is daardoor een drukplek ontstaan die meneer Simons niet had gevoeld. Het lopen gaat een

stuk beter dan drie maanden geleden, dankzij fysiotherapie. Mevrouw is de belangrijkste mantelzorgster en is zichtbaar vermoeid.

## ZUURSTOFGEBREK

Wat is er aan de hand met meneer Simons? Meneer heeft een herseninfarct gehad. Hij is één van de velen: in Nederland krijgen per jaar ongeveer 40.000 mensen een herseninfarct of hersenbloeding. Dit veroorzaakt een tijdelijk zuurstofgebrek in de hersenen. Hierdoor worden hersenfuncties verstoord en kan de patiënt normale dingen ineens niet meer. Een herseninfarct of -bloeding wordt ook een Cerebro Vasculair Accident genoemd, afgekort met CVA.

## DE ROL VAN DE HERSENEN

De hersenen zijn onmisbaar om te doen wat je wilt doen. Dit artikel lezen, door Instagram scrollen, een gesprek voeren, je cliënten behandelen... Zonder erbij stil te staan gebruik je duizenden hersencellen tijdens deze activiteiten. Als een gedeelte van de hersenen is aangetast, kan je bepaalde taken dus niet meer uitvoeren. Vreselijk! Het leven van je cliënten en hun partners staat op zijn kop.

## VOETEN NA EEN CVA

We nemen stap voor stap de gevolgen van een CVA voor de voeten en het lopen door.

- Hij wijst met zijn linkerhand zijn voeten aan

De hersenen sturen het lichaam kruislings aan. Het CVA bij meneer Simons heeft zich afgespeeld aan de linkerzijde van de hersenen. Dit heeft gevolgen voor de rechterzijde. Zo kan meneer Simons wel goed zijn linkerarm bewegen, maar niet zijn rechterarm.

- Zijn looptempo ligt beduidend lager en hij loopt met een stok

Lopen kost heel veel energie en hulpmiddelen zijn een welkome hulp om vallen te voorkomen.

- Hij tilt zijn rechterknie extra hoog op en het valt je op dat zijn voorvoet als eerste op de grond komt



Fysiotherapie is onmisbaar om weer goed te leren lopen na een CVA.

## 'WIST JE DAT DE VOET KAN BLIJVEN VERANDEREN, OOK NOG LANG NA EEN CVA?'

Door het optillen van de rechterknie voorkomt meneer Simons dat zijn voorvoet over de grond sleept. Hij tilt vanuit zijn heup zijn been op. Dit is de zogenaamde 'hanetred'. Die voorvoet kan hij namelijk niet meer naar zich toe trekken omdat de spieren aan de voorzijde van zijn rechterbeen door het CVA minder krachtig zijn.

- Zijn schoenen worden momenteel aangepast door de orthopedisch schoenmaker omdat zijn rechervoet sterker in spits is gaan staan

Door de uitval van de spieren aan de voorzijde van het onderbeen krijgen de andere spieren van het onderbeen meer grip op de voet. De achillespees heeft nu de meeste invloed op de voet. Deze sterke achillespees trekt nu de voet in spits.

- Er is een drukplek ontstaan die meneer Simons niet had gevoeld

Naast de spieren zijn ook de gevoelszenuwen aangetast. Dat wil zeggen dat meneer geen of een verminderd gevoel heeft aan zijn voeten.

Hij wijst met zijn linkerhand zijn voeten aan. Vervolgens wijst hij naar zijn vrouw, die het verhaal aanvult. Het uitspreken én vinden van woorden is moeilijk of onmogelijk. In de hersenen bevindt zich een taalcentrum. Dit taalcentrum ligt bij meneer Simons, net als bij de meeste rechtshandigen, in de linkerhersenhalve. Het herseninfarct heeft dus ook gevolgen voor de taal en spraak.

Al met al: de gevolgen van een CVA zijn zeer ingrijpend.

## TIPS VOOR BEHANDELING

Drie punten om rekening mee te houden bij je behandeling van voeten na een CVA:

1. Een verminderd gevoel. Wees extra alert op roodheid, blaren, eelt en likdoorns. Controleer de voeten dus secuur op drukplekken.
2. Het voorkomen van wondjes tijdens het verzorgen van de nagels en de huid.
3. Alert zijn en blijven op een veranderde voetstand. Want wist je dat de voet kan blijven veranderen, ook nog ver ná een CVA? Als dat het geval is, is dat reden genoeg om contact op te (laten) nemen met het behandelteam.



FeetForward helpt pedicures én hun cliënten bij het verminderen van voet- en enkelklachten. Met direct toepasbare tips voor de dagelijkse praktijk en met medische informatie in begrijpelijke taal. Via online trainingen die oprissing, verbreding en verdieping brengen over voetklachten. Mirjam Tuinhout heeft werkervaring als MPA Voet- en enkelorthopedie, podotherapeut, docent/onderzoeker en ondernemer. Met FeetForward heeft ze een missie: een leven lang lopen voor jouw cliënten. [www.feetforward.nl](http://www.feetforward.nl)