

# POSTUREEL

NIEUWSBRIEF VAN HET  
POSTUREEL MEDISCH CENTRUM  
JAARGANG 2 / no.7 SEPTEMBER

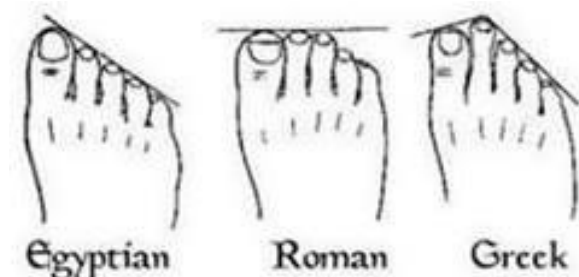


## ZOMERQUIZ

De vorige nieuwsbrief sloot af met een quiz. Ik ben benieuwd wat u er van vond en of u de slagzin hebt kunnen maken. De antwoorden staan inmiddels op de site van het PMC.

In deze nieuwe nieuwsbrief kunt u lezen over Griekse voeten en Morton tenen. Veel leesplezier.

## GRIEKSE VOET



Blote voeten genoeg in de zomer. Is het u opgevallen dat de lengte van de tenen niet bij iedereen dezelfde is? Als uw tweede teen langer is dan uw grote teen heeft u een Griekse voet. Als de tweede even lang is als de eerste spreken we van een Egyptische voet.

De benaming zou komen van een slag in de Griekse oudheid. Bij de slachtoffers kon aan de hand... van hun voetvorm worden vastgesteld of het een Egyptenaar of een Griek betrof.

Ongeveer 60% van de mensen heeft een Egyptische voet, bij 30 procent zijn de

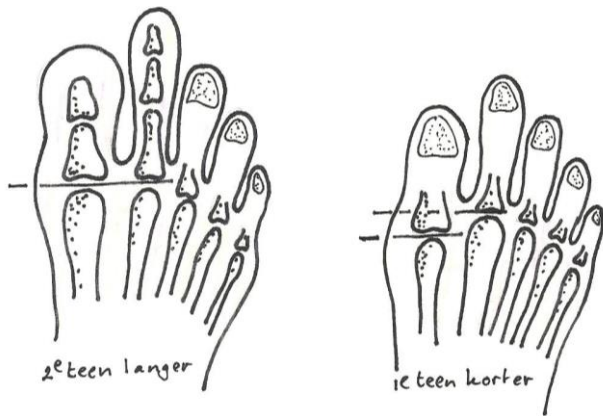
grote teen en de tweede (derde) teen even lang (Romeins) en slechts 10% heeft een Griekse voet. Een Griekse voet werd gezien als schoonheidsideaal in de Griekse beeldhouwkunst. Dit werd overgenomen door de Romeinen en bleef zo tot in de Renaissance en later. Zo heeft het Vrijheidsbeeld in New York een.... kijkt u maar.

Bron: wikipedia



## MORTON I

Als uw tweede teen langer is dan uw grote teen heeft u een Griekse voet. Maar wat als uw grote teen korter is dan uw tweede teen? Is dat hetzelfde? Bij de Griekse voet staan de kopjes van uw middenvoetsbeentjes, de "bal" van uw voet, uw "voorvoet" in een mooie ronde lijn. De tweede teen zelf is aan de lange kant. Als de grote teen korter is dan de eerste is niet zo zeer de teen korter maar is eigenlijk het eerste middenvoetsbeentje te kort. Het eerste middenvoetskopje staat "uit" de rij.



We noemen dit een Morton teen, genoemd naar de Amerikaanse dokter Dudley Morton die beschreef wat de gevolgen van zo'n teen zijn voor het lichaam. De grote teen hoort twee keer zoveel gewicht te dragen als elke andere teen. Hij is niet voor niets zo groot. De Morton teen echter kan dit niet. De tweede teen en de derde moeten nu twee keer zo hard werken. Dit wordt een doorgesakte voorvoet genoemd en is vaak erg pijnlijk. De voet valt naar binnen en veroorzaakt knie-, heup- en rugklachten. De behandeling is meestal eenvoudig. Een kleine verhoging onder de bal van de grote teen en de functie is weer hersteld.

#### MORTON II

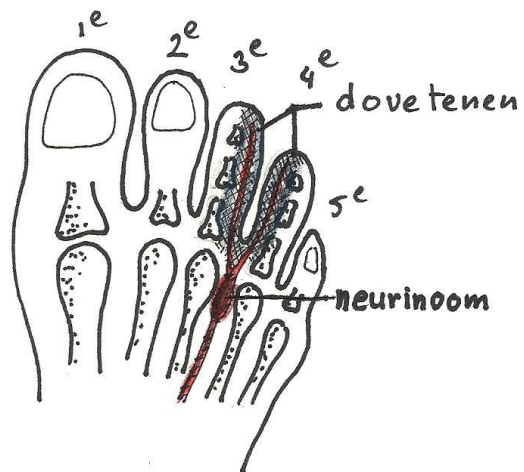
Er zijn meer Amerikaanse dokters die Morton heten. Deze dokter Thomas George Morton beschreef een zenuwbeklemming van de voet. De Mortonse neuralgie.

Tussen de kopjes van meestal het derde en vierde middenvoetsbeentje (ongeveer daar waar de tenen beginnen) zit een verdikking van de zenuw, een neuroom (neuron = zenuw; oom= een goedaardige zwelling). Dat neuroom komt klem te zitten tussen de twee botjes en

geeft een zenuwpijn van de derde en vierde teen. Zo'n zenuwpijn is scherp, tintelend, brandend of doof. Het is een typische vrouwenklacht. Als verklaring wordt gedacht aan te krappe schoenen.

#### MORTON III

We blijven even bij de Mortonse neuralgie. De zenuw die afgeklemd wordt geeft niet zomaar een pijn aan die derde en vierde teen. De zenuw loopt tussen het derde en vierde middenvoetsbeentje en splitst in twee takjes. Elk takje verzorgt de helft van een teen. Zo kun je de pijn van een Mortonse neuralgie onderscheiden van



andere teenpijnen. De naar elkaar toegekeerde helften van de tenen zijn pijnlijk of "doof" / "dood".

#### IDEEBUS

Hebt u zelf ideeën die u graag behandeld ziet in de nieuwsbrief? Mail dan naar: [postureelmedischcentrum@gmail.com](mailto:postureelmedischcentrum@gmail.com)

#### LATIJN VOOR BEGINNERS

Neuralgie	zenuwpijn (Gr. algos=pijn)
Neuroom	zenuwverdikking

