



# Sportgeneeskunde

Anne van Vegchel  
Sportarts



# CV

- 2000-2006 geneeskunde
- 2007-2011 sportgeneeskunde
- 2008-heden bondsarts KNKV
- 2011-heden sportarts Bravis
- 2015-heden sportarts  
Sportsclinic



# Opleiding tot sportarts

- 1 jaar orthopedie
- 1 jaar cardiologie (icm 3 maanden longgeneeskunde)
- 6 maanden huisartsgeneeskunde
- 1,5 jaar sportgeneeskunde



# “dagelijks werk”

- Blessure consulten (per 1 jan 2016 in de basis zorg)
  - Gewrichten, spieren, pezen, inspanningstolerantie



- Preventief sportmedisch onderzoek (“keuringen”, aanvullende zorg)
  - Verplicht voor oa duiken, motorsport, zweefvliegen
  - Verplicht vanaf een bepaald niveau
  - Op eigen verzoek



# Blessures

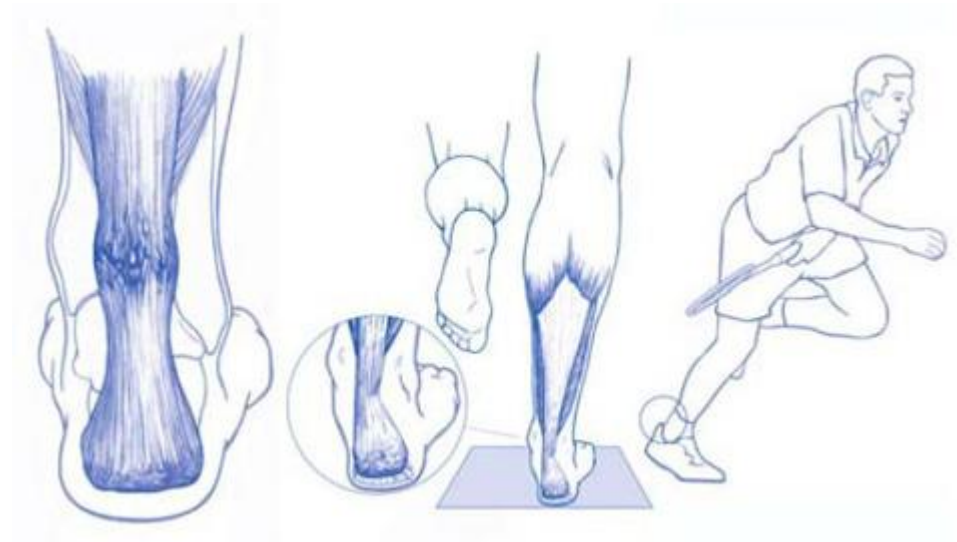
- Acuut
  - Gewrichten, spieren (rupturen)
- “chronisch”
  - Spieren, pezen gewrichten

# Oorzaken peesblessures

Intrinsiek	Extrinsiek
Stand (voeten, enkels, knieën, bekken)	Ondergrond
Leeftijd, geslacht (mannen, >30)	Trainingsfouten (te veel, te snel, te vaak)
Gewicht	Schoeisel
Keten gerelateerd	Medicatie
Genetisch	Looptechniek

# Lichamelijk onderzoek

- Statiek (bekken, benen, knieën en enkels)
- Pees (verdikt, pijnlijk, spierlengte, blokkades gewricht)
- Aanvullende diagnostiek?



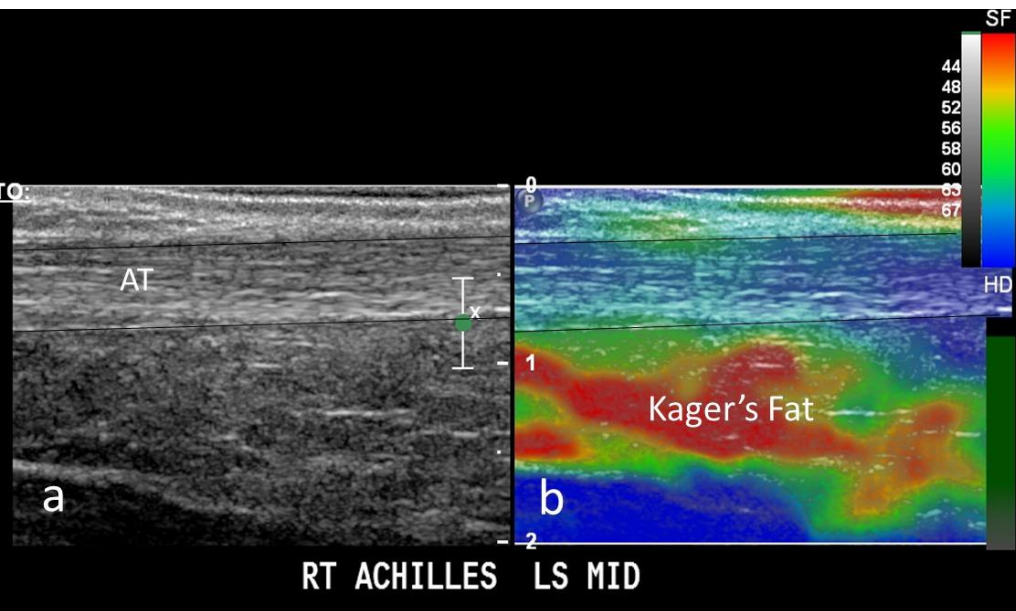


# Echo

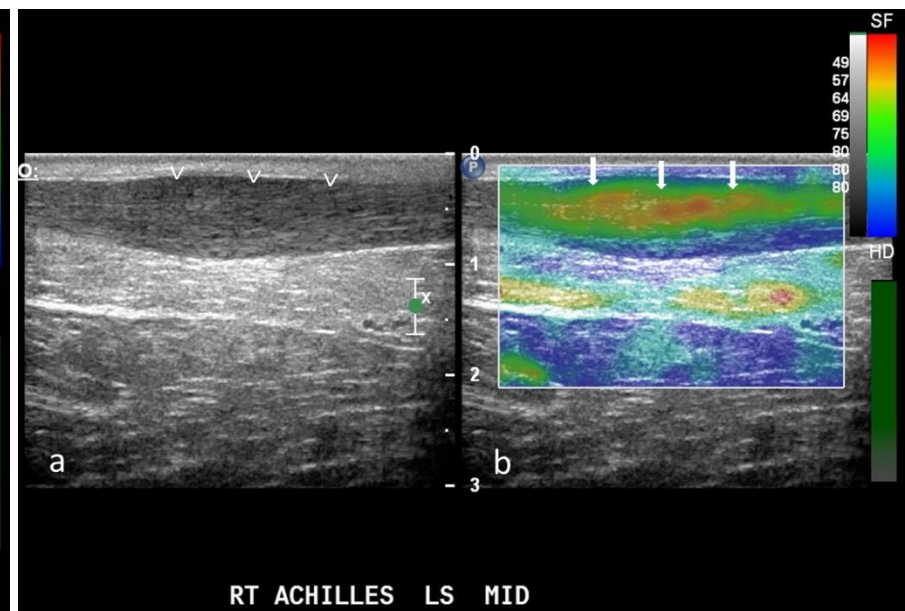
- Neovascularisatie
- Verdikking pees meten
- Kalkafzettingen
- Sonoelastography
- Andere diagnose?



# Sonoelastography



Normale pees

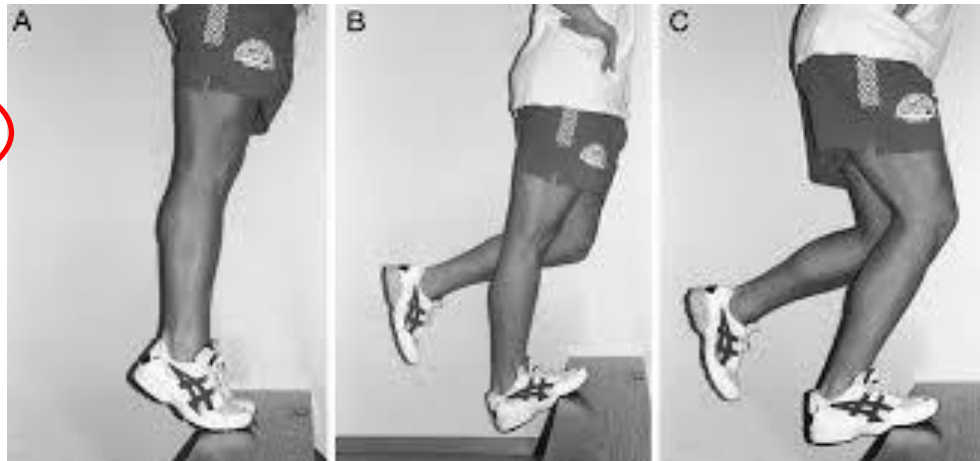


Tendinopathie

# Behandeling

- Ketengerichte oplossing (MT/FT, inlays, schoeisel)
- Corrigeer trainingsfouten
- Excentrische oefeningen (Alfredson)

Succes%: 60-70%



- Scleroseren van neovascularisatie (polidocanol, bewijs dubieus)
- ESWT (alleen ESWT geen effect, wel in combinatie excentrisch trainen)
- Cortisosteroiden (geen bewijs, alleen lido doet net zoveel, wel bijwerkingen)
- Autoloog bloedinjecties/PRP (relatief duur, bewijs dubieus)
- Operatief

# Prolotherapie

- Jaren 50, Hackett en Hemwall
- Injectie met glucose/dextrose oplossing (5%)
- Idee: induceren proliferatie respons bij instabiliteit van kapsel na ontsteking
- Neuroprolotherapie (Lyftogt): herstel kleine zenuwtakjes en daardoor afname pijn

# Conclusie

- Multifactorieel
- Behandeling 60-70% effectief
- Langdurig beloop
- Toekomstmuziek?



#durftevragen

