

Aandoening

# Enkelbandletsel

Enkelbandletsel ontstaat door een verdraaiing van uw enkel. Hierdoor verrekken of scheuren uw enkelbanden.

U kunt verschillende vormen van enkelbandletsel hebben. U kunt een lichte overrekking hebben, waarbij slechts enkele vezels van de enkelband zijn ingescheurd. De enkelband kan ook volledig gescheurd zijn. Bij de meest ernstige vorm van enkelbandletsel zijn er meerdere enkelbanden gescheurd en is uw enkelgewricht volledig instabiel.

## Onderzoeken

De diagnose stellen we aan de hand van een lichamelijk onderzoek.

Bij het stellen van de diagnose volgen we een aantal vaste stappen. Een röntgenfoto wordt alleen gemaakt als we denken dat u misschien een botbreuk heeft.

## Behandelingen

Enkelbandletsel kan worden behandeld met tapeverband of met een brace.

Het voordeel van een behandeling met een brace is dat de enkelbanden goed beschermd worden tijdens het lopen, maar u de enkel kunt oefenen wanneer de brace af is. Bij een behandeling met tape loopt u en doet u oefeningen met tape om uw enkel. U kunt de enkel dus wel een beetje bewegen. Bij beide behandelingen willen we voorkomen dat de enkel stijf wordt, zodat het beter geneest.

## Brace behandeling bij enkelbandletsel of weber A fractuur

Enkelbandletsel of een weber A fractuur ontstaat door een verzwikking van uw enkel. Dan klapt uw voet plotseling naar binnen of buiten. Hierdoor beschadigen uw enkelbanden en/of is er een stukje bot kapot van het onderste gedeelte van het kuitbeen. Deze letsels worden meestal behandeld met drukverband en een enkelbrace.

Het voordeel van een behandeling met een brace is dat de enkelbanden goed beschermd worden tijdens het lopen, maar u de enkel kunt oefenen wanneer de brace af is. Hierdoor wordt de enkel minder stijf en kan de enkel snel genezen. De enkel herstelt meestal goed.



<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/brace-behandeling-bij-enkelbandletsel-of-weber-a-fractuur>

## Tapebehandeling bij enkelbandletsel

Enkelbandletsel ontstaat door een verdraaiing van uw enkel. Hierdoor verrekken of scheuren uw enkelbanden. Enkelbandletsel wordt meestal behandeld met tapeverband.

Het voordeel van een behandeling met tape is dat de enkelbanden goed beschermd worden, maar u de enkel toch nog een beetje kunt bewegen. Hierdoor wordt de enkel minder stijf en kan de enkel snel genezen.



<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/tapebehandeling-bij-enkelbandletsel>

## Poliklinieken en afdelingen

### Spoedeisende Hulp (SEH)

De afdeling Spoedeisende Hulp wordt vooral bezocht door mensen die net een ongeval hebben gehad of acuut ziek zijn geworden.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/spoedeisende-hulp-seh>

### Gipskamer

De gipsverbandmeester behandelt patiënten met aandoeningen aan het steun- en bewegingsapparaat.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/gipskamer>

### Voet en Enkel Team

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

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/voet-en-enkel-team>

Code AHU-019a