

# Morbus Sever

(hielpijn bij kinderen)

Morbus Sever is een aandoening bij kinderen waarbij de groeischijf achter op het hielbeen geïrriteerd raakt. In de groeifase moet het hielbeen in verschillende richtingen groeien. De buitenste laag van het hielbeen raakt bij overbelasting geïrriteerd wat op den duur klachten kan geven.



## Klachten

De pijn zit aan de achterzijde van het hielbeen en ontstaat vaak tijdens en/of na belasting. Rennen, sprinten of springen kunnen de klachten verergeren. De klacht komt vooral voor bij actieve kinderen, meestal jongens.

De zeurende of stekende pijn trekt vaak weg wanneer rust gehouden wordt. Morbus Sever kan alleen voorkomen bij kinderen in de groeifase, met name rond de leeftijd van 8-13 jaar.

## Oorzaken

- Een afwijkende voetstand of functie van de voeten. Denk bijvoorbeeld aan het naar binnen kantelen van de voeten.
- Kwetsbaarheid van de hiel tijdens de groei.

## Behandeling

Pijnklachten bij Morbus Sever gaan meestal vanzelf over wanneer het kind uit de grootste groeifase is. Pijn is een signaal om rust te houden maar kinderen mogen blijven sporten mits de pijngrens niet overschreden wordt.

De podotherapeut kan tijdens de groeifase podotherapeutische zolen maken. Deze zolen ontlasten het hielbeen en corrigeren een eventuele afwijkende stand van de voet. Het dragen van goede, stevige schoen met een dempende zool kan verlichting geven. Doorgaans is er een snelle afname van klachten bij behandeling met zolen.

