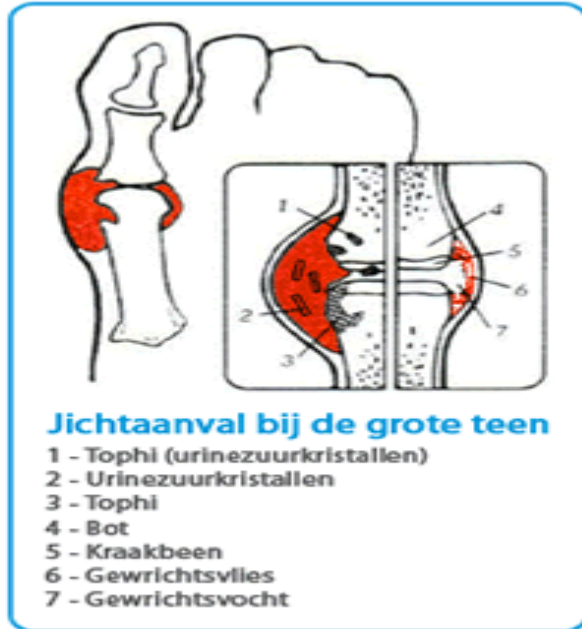


Jicht



Jicht is een gewrichtsontsteking waarbij urinezuurkristallen neerslaan in de gewrichten, hierdoor kunnen gewrichtsontstekingen ontstaan. Urinezuur is een normaal afvalproduct van ons lichaam. Wanneer het urinezuur niet goed door de nieren wordt uitgescheiden, kan dit in het bloed terecht komen, waardoor jicht kan ontstaan. In 80% van de eerste jichtaanvallen vindt deze plaats in het grote teen gewricht. Maar jicht kan ook voorkomen in slijmbeurzen en pezen of in de gewrichten van de handen, polsen, knieën of enkels. Meestal komt jicht voor bij mannen vanaf hun 40-50e levensjaar.

Jicht is niet altijd continue aanwezig, het kan in aanvallen voorkomen. Wanneer u naar bed gaat zonder klachten, kan het zijn dat u 's nachts wakker wordt met pijn in het grote teen gewricht.

Oorzaak

Er zijn enkele oorzaken waardoor een aanval gestart kan worden:

- Stress
- Alcoholgebruik
- Overmatig eiwitrijk voedsel
- Overgewicht
- Koorts
- Snelle vermagering
- Het stoten van het gewricht

Klachten

Een acute aanval is te herkennen aan roodheid, warmte, zwelling en (heftige) pijnklachten. Tijdens de acute fase kan zelfs een laken op de teen erg pijnlijk zijn. De huid om het gewricht zal tijdens een aanval in eerste instantie rood en glanzend zijn. Na de aanval, bij het afnemen van de zwelling, kan deze schilferig worden.

Jicht wordt behandeld met medicatie waarbij de hoeveelheid urinezuur in het bloed genormaliseerd wordt.

Podotherapeut

Wanneer men last heeft van een jicht-aanval, kan dit irritatie geven in de schoen of tijdens lopen. Een podotherapeut kan middels een podotherapeutische zool en/of beschermende orthese zorgen voor ontlasting van het grote teengewricht.