



Sportblessures bij kinderen

ESTHER SCHOOTS

SPORTARTS

SMA UTRECHT



Disclosure

Potentiële belangenverstrengeling: geen

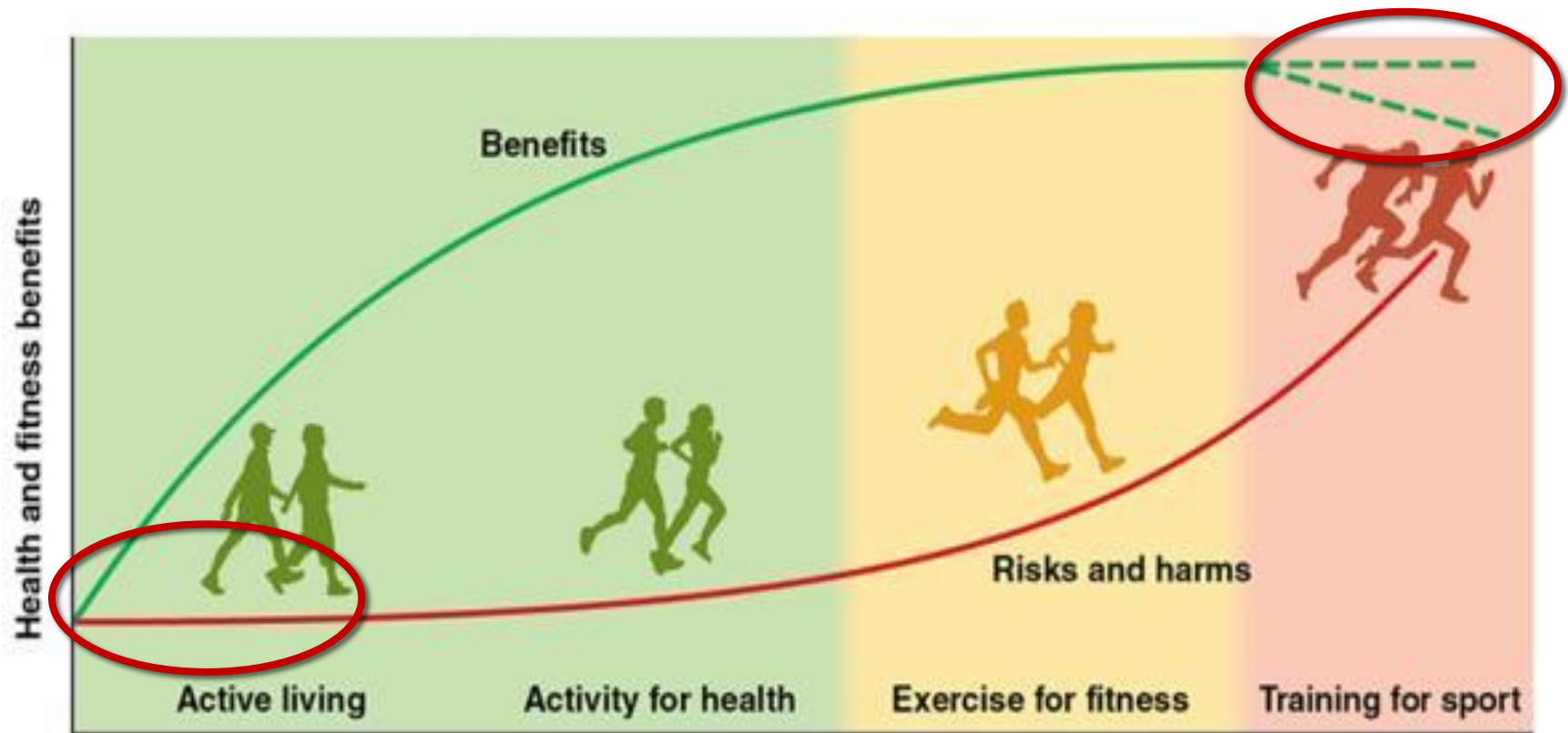


Sportblessures bij kinderen

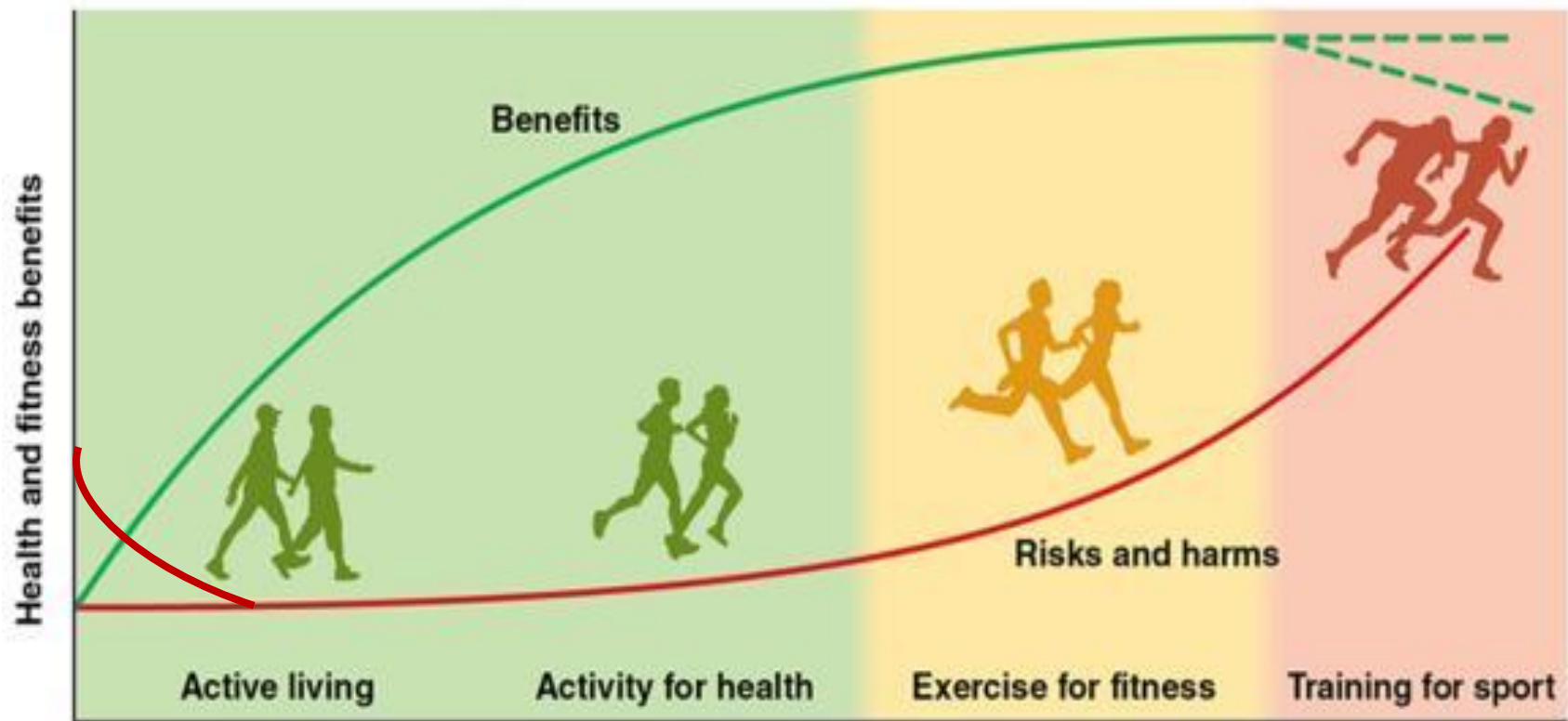
- Haskell en de paradox
- Een paar blessures



Sportkinderen



Sportkinderen



Sportblessures: een paradox

- Inactieve kinderen die gaan bewegen hebben een grote kans op een blessure*



Sportblessures: een paradox

- Inactieve kinderen die gaan bewegen hebben een grote kans op een blessure*
- Naast bewegingsstimulering ook aandacht voor **blessurepreventie**

Blessurepreventie: werkt dat?



Comparison of the '11+ Kids' injury prevention programme and a regular warmup in children's football (soccer): a cost effectiveness analysis

Roland Rössler,^{1,2} Evert Verhagen,² Nikki Rommers,^{3,4} Jiri Dvorak,⁵ Astrid Junge,^{5,6} Eric Lichtenstein,¹ Lars Donath,^{1,7} Oliver Faude¹

2019

Blessurepreventie: werkt dat?

Although enhancing aerobic fitness and improving body composition are notable goals for exercising adults, **most children simply want to have fun** make friends, and learn something new.

Sportblessures bij kinderen

IVS 1

Onderwerpen

- [M. Osgood Schlatter](#)
- [Liesklachten](#)
- [Sportouders](#)
- [Polsklachten](#)
- [Elleboogklachten](#)
- [Einde](#)

Casus

Een 13-jarige jongen komt bij je in verband met een pijnlijke rechter knie:

- Hij heeft pijn aan het begin, maar vooral na afloop van de hockeytraining en de wedstrijden.
- Hij prikt met zijn vinger op de voorzijde van de knie onder de knieschijf.

IVS 2

Anterieure kniepijn bij kinderen

Differentiaaldiagnostiek

- M. Osgood Schlatter
- M. Sinding-Larsen-Johansson
- Patellofemoraal pijnsyndroom
- Overige



Apofysitis

- Repeterende stress en microtraumata
- Van peesaanhechting op de apofyse
- Belastinggerelateerde pijn
- Zwelling



M. Osgood-Schlatter

- Apofysitis van de tuberositas tibiae
- Meest voorkomende overbelastingsblessure bij kinderen
- 20% van de sportende kinderen
- Meisjes 11-13 jr
- Jongens 12-15 jr



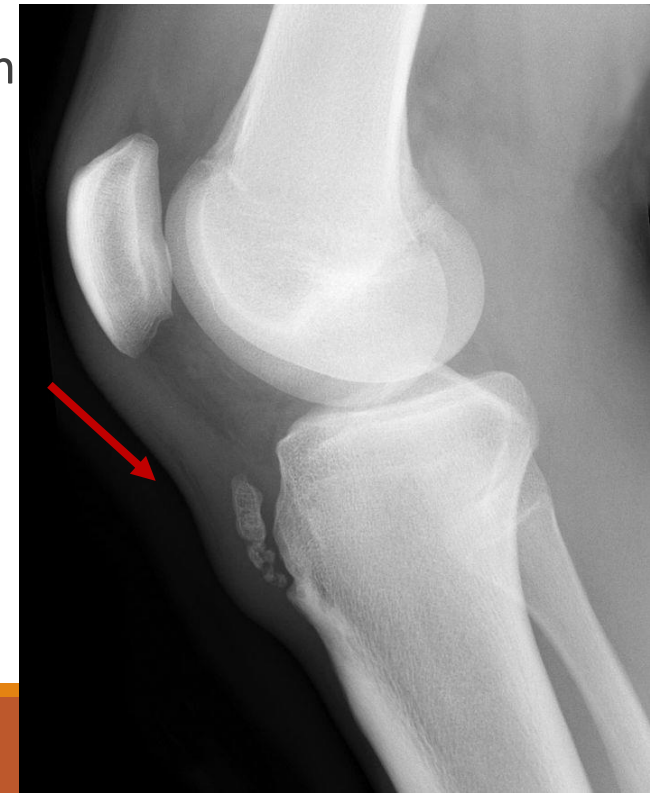
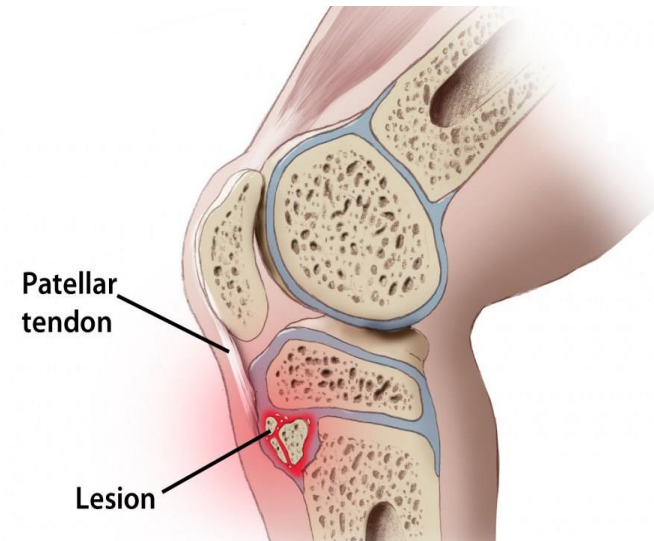
M. Osgood-Schlatter

- Vroege specialisatie
- En hockey en tennis en voetbal en
- 12 maanden per jaar, onvoldoende hersteltijd
- Maturatiestatus?



M. Osgood-Schlatter

- Lokale drukpijnlijke zwelling van de tuberositas tibiae door tractie op de apofyse
- Vaak provocatie van pijn bij aanspannen of rek van
- Vaak afwijkingen op een röntgenfoto
- Geen correlatie tussen X-afwijkingen en klachten



M. Osgood-Schlatter

- Recidiverend karakter, langdurig, maar:
- Selflimiting?
- Uitleg
- Tape/patellabandje op proef
- Tijdelijke reductie trainingsintensiteit
- Focussen op wat wel kan
- Voorkom sportuitval



Onderwerpen

- [M. Osgood Schlatter](#)
- [Liesklachten](#)
- [Sportouders](#)
- [Polsklachten](#)
- [Elleboogklachten](#)
- [Einde](#)

Casus

Een meisje van 13 jaar komt bij je met pijn voor in de lies:

- ontstaan bij voetbal
- twee weken geleden schoot het erin
- als ze rustig aan doet gaat het redelijk
- bij intensief belasten heeft ze veel pijn

IVS 3

Liespijn bij kinderen

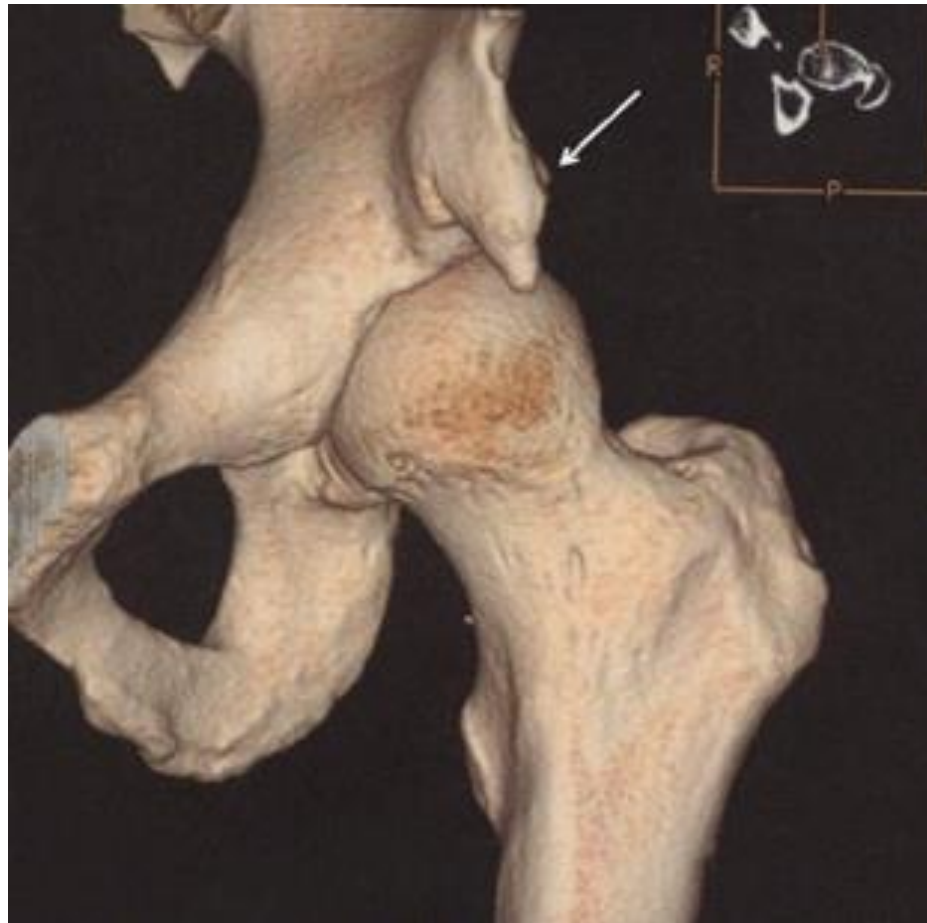
Differentiaaldiagnostiek

- M. Perthes
- Coxitis fugax
- Epifysiolyse capitis femoris
- Avulsiefractuur van de rectus femoris
- Liesbreuk
- Lymfadenopathie

Avulsie fractuur rectus femoris



Subspine impingement



Onderwerpen

- [M. Osgood Schlatter](#)
- [Liesklachten](#)
- [Sportouders](#)
- [Polsklachten](#)
- [Elleboogklachten](#)
- [Einde](#)

Sportouders



Sport en kinderen

Sportpsychologisch onderzoek richt zich op:

- De waarde van sport in de ontwikkeling van kinderen
 - Fysiek, sociaal, emotioneel, cognitief
- Talentontwikkeling
 - 'Eeuwige roem'
 - Economisch voordeel



(top) sportouders

- Rolmodel
- Logistieke ondersteuning
- Sociaal-emotionele ondersteuning



Ouders als rolmodel

- Actieve leefstijl promoten
- Sportief gedrag laten zien
- Adequaar omgaan met verlies en teleurstelling



Ouders en logistiek

- Halen en brengen
- Voeding, wassen, plannen
- Financiële ondersteuning



Sociaal emotionele ondersteuning van ouders

- Inspanning belonen en niet resultaat
- Sportief gedrag stimuleren
- Sociale ontwikkeling stimuleren
- Lifeskills opgedaan in de sport toepassen in het dagelijks leven

Achievement by proxy

Verlies van vermogen om te differentiëren tussen:

- Behoefte van de ouder aan succes
- Ontwikkelingsbehoeften van het kind



Achievement by proxy

- Risicofactoren:
 - Ouders die levensbeslissingen nemen 'in het belang' van de sportcarrière van het kind
 - Ouders die de coach toestaan belangrijke beslissingen te nemen over het kind
 - Doorsporten met een blessure, 'work hardening'
 - Simulatie van blessures, chronische pijn, conversie

Richtlijnen voor sportmedisch handelen



Vereniging voor Sportgeneeskunde

Richtlijn 18

De arts houdt bij de begeleiding van jeugdige sporters rekening met de invloed van trainings- en wedstrijdbelasting op de fysieke, mentale, sociale en cognitieve ontwikkeling en de groei van het kind.

Richtlijnen voor sportmedisch handelen



Vereniging voor Sportgeneeskunde

Richtlijn 18

De arts houdt bij de begeleiding van jeugdige sporters rekening met de invloed van trainings- en wedstrijdbelasting op de fysieke, mentale, sociale en cognitieve ontwikkeling en de groei van het kind.

De begeleidend arts heeft een taak om verstoringen in het welbevinden van een kind door een onveilig sportklimaat te signaleren en bespreekbaar te maken.

(top)sportouders en zorgverleners

Bespreekbaar maken van potentieel ongezonde situaties vraagt om:

- Goede (meta)communicatieve vaardigheden
- Veilige omgeving
- Open, niet (ver)oordelende grondhouding



Onderwerpen

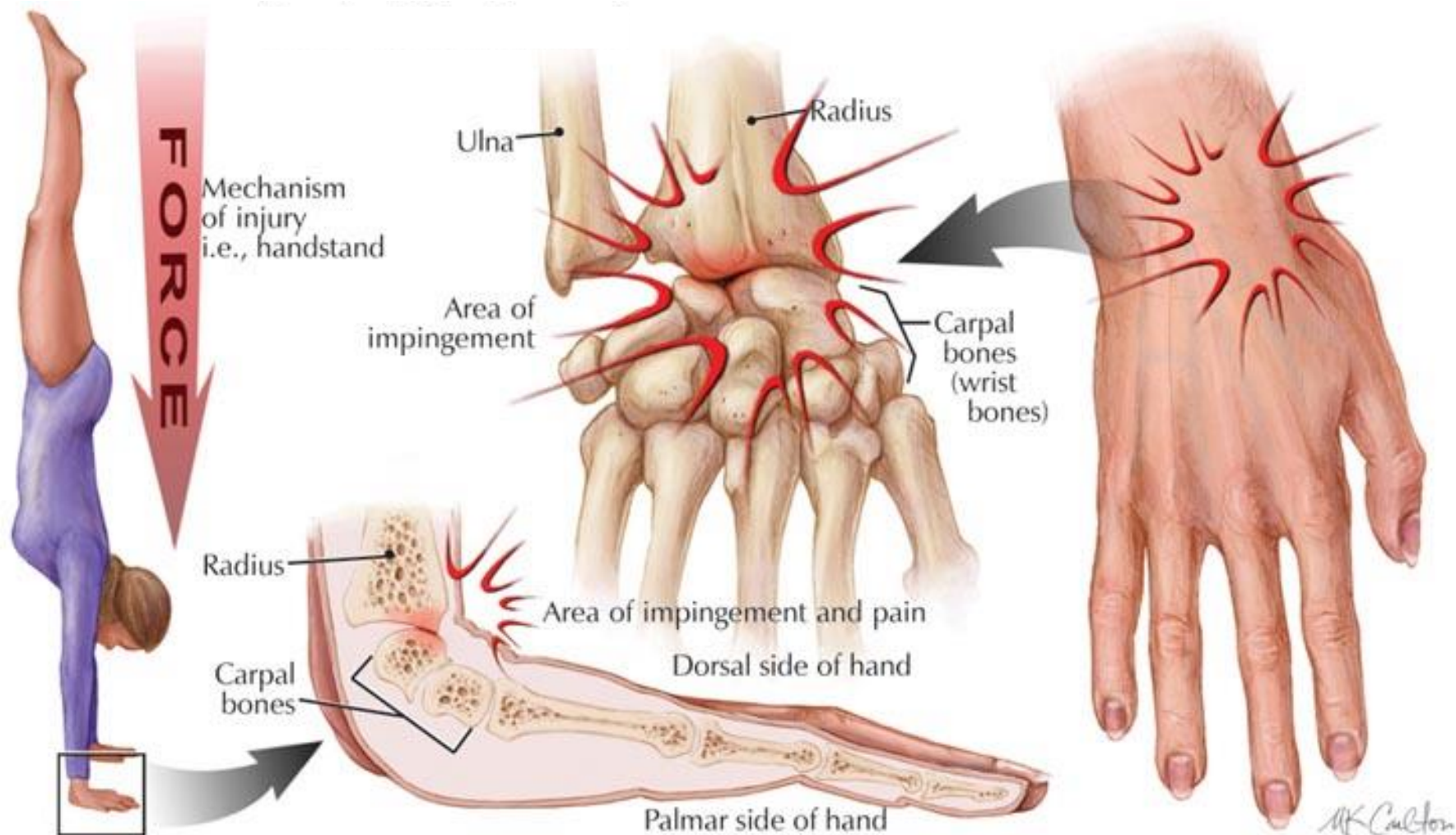
- [M. Osgood Schlatter](#)
- [Liesklachten](#)
- [Sportouders](#)
- [Polsklachten](#)
- [Elleboogklachten](#)
- [Einde](#)

Video handstand



IVS 4

Turnpols



Turnpols

- Dorsaal impingement
- Distaal radiaal stress syndroom van de epifyse



Turnpols

- Dorsaal impingement
- Distaal radiaal stress syndroom van de epifyse
- Premature sluiting van de epifysairschijf
- Ulna plus variant



Turnpols

- Dorsaal impingement
- Distaal radiaal stress syndroom van de epifyse
- Premature sluiting van de epifysaire schijf
- Ulna plus variant
- TFCC letsel



Onderwerpen

- [M. Osgood Schlatter](#)
- [Liesklachten](#)
- [Sportouders](#)
- [Polsklachten](#)
- [Elleboogklachten](#)
- [Einde](#)

Video handstand

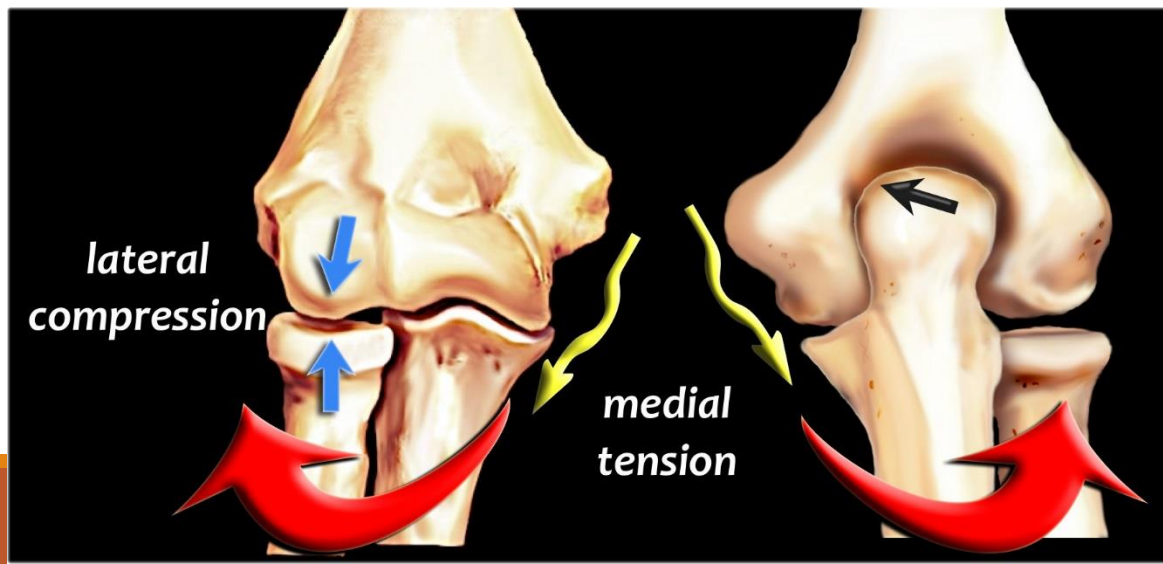


IVS 4

Turnelleboog

Valgusstress in de elleboog:

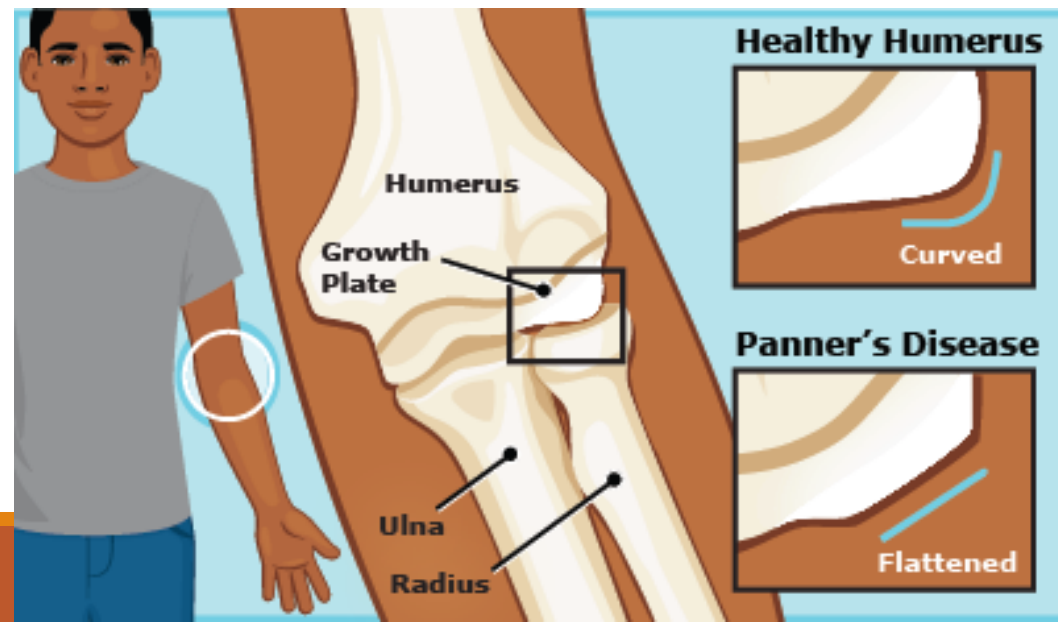
- Tractie mediaal
- Compressie lateraal
- Impingement dorsaal



Laterale compressie

Osteochondrosis van het capitulum humeri (M. Panner):

- Fragmentatie van de ossificatiekern van het capitulum
- Selflimiting



Laterale compressie

Osteochondrosis van het capitulum humeri (M. Panner):

- Fragmentatie van de ossificatiekern van het capitulum
- Selflimiting

Osteochondritis dissecans

- Avasculaire necrose capitulum humeri
- Losse fragmenten
- Soms operatieve behandeling nodig



Onderwerpen

- [M. Osgood Schlatter](#)
- [Liesklachten](#)
- [Sportouders](#)
- [Polsklachten](#)
- [Elleboogklachten](#)
- [Einde](#)



Esther Schoots
eschoots@smautrecht.nl