

# Interpretatie van Voetscans per Klacht

---

## 1. Lage rugklachten (lumbale regio)

Waar zie je dit op de scan:

- Links-rechts belastinggrafiek: één voet draagt structureel meer gewicht (bijv. 60/40).
- Drukkaart: overpronatie = rode zone mediaal onder hiel/middenvoet; supinatie = rode zone lateraal.
- COP-lijn (afwikkellijn): slingert of wijkt mediaal af.
- Balansgrafiek: grote sway of instabiliteit.

Scanbevinding

Betekenis

Links-rechts verschil

Bekken kantelt

Mediale druk

Interne rotatie keten

Instabiele COP

Verhoogde spierspanning rug

Interpretatie: de onderrug wordt secundair overbelast door asymmetrische ketenbelasting.

## 2. Heupklachten

Waar zie je dit:

- COP-lijn: loopt te ver naar binnen of buiten.
- Mid-stance drukkaart: piekdruk onder midfoot of mediale voorvoet.
- Stapfasen grafiek: verlengde mid-stance fase.
- Links-rechts rotatieverschil.

Scanbeeld

Betekenis

Mediale COP

Interne rotatie been

Laterale COP

Externe rotatie

Piekdruk mid-stance

Heupcompensatie

Interpretatie: verhoogde belasting van gluteus medius en heupkom.

### 3. Bekkenklachten

Waar zie je dit:

- Stabiliteitsdiagram: grote sway-ellips.
- Drukkaart: asymmetrische hielbelasting.
- COP-lijn: onregelmatige afwijking.

Scanbeeld	Betekenis
Hiel asymmetrie	Bekkeninstabiliteit
Instabiele COP	Slechte ketencontrole
Laterale druk	Overbelasting buitenketen

Interpretatie: het bekken beweegt te mobiel of asymmetrisch.

### 4. Liesklachten

Waar zie je dit:

- Voorvoetdrukkaart: rode zones mediaal voorvoet.
- COP-lijn: sterk naar binnen draaiende afwijking.
- Landing (heelstrike): mediale landing.

Scanbeeld	Betekenis
Mediale landing	Interne rotatie
Mediale voorvoetdruk	Adductorbelasting
Afwijkende COP	Keteninstabiliteit

Interpretatie: verhoogde trekkracht op de adductoren.

### 5. Knieklachten

Waar zie je dit:

- Varus/valgus drukverdeling: valgus (X-knie) = mediaal; varus (O-knie) = lateraal.
- COP-lijn: mediaal → valgus, lateraal → varus.
- Voorvoetdruk: onregelmatige afwijking.

Scanbeeld	Betekenis
Mediale druk	Valgusbelasting
Laterale druk	Varusbelasting
Afwijkende afwikkeling	Patella tracking verstoring

Interpretatie: verhoogde druk in het patellofemorale gewricht.

## 6. Achillespeesklachten

Waar zie je dit:

- Hiel- en midfootdruk: rode zones mediaal achtervoet.
- COP-lijn: te snelle overgang naar voorvoet.
- Dorsaalflexie grafiek: beperkte enkelmobiliteit.

Scanbeeld	Betekenis
Overpronatie	Torsie op achilles
Snelle afwikkeling	Hogere trekkracht
Mid-stance piek	Overbelasting pees

Interpretatie: herhaaldelijke torsiebelasting op de achillespees.

## 7. Voetklachten

Waar zie je dit:

- Drukkaart met typische zones: hiel, voorvoet, hallux.
- Afwikkellijn: onderbroken of abrupt.

Zone	Mogelijke klacht
Hiel	Hielpijn
Voorvoet	Metatarsalgie
Hallux	Hallux rigidus

Interpretatie: slechte drukverdeling en voetmechanica.

## 8. Hielspoor

Waar zie je dit:

- Hieldrukkaart: intense rode zone mediaal.
- COP-lijn: startpunt mediaal.
- Fascia belasting: vaak gecombineerd met overpronatie.

Scanbeeld	Betekenis
Mediale hielpiek	Fascia trekkracht
Overpronatie	Fascia spanning
Langdurig hielcontact	Irritatie fascia

Interpretatie: verhoogde trekkracht op de fascia plantaris.

## 9. Disbalans / Evenwicht

Waar zie je dit:

- Stabiliteitsgrafiek: grote postural sway.
- Drukverdeling dubbelstand: asymmetrie.
- Micro-correcties: veel kleine COP-verplaatsingen.

Scanbeeld	Betekenis
Grote sway	Instabiel posturaal systeem
Asymmetrie	Compensatie
Veel COP-beweging	Vertraagde balansreactie

Interpretatie: verminderde posturale controle.

## 10. Sportprestatie

Waar zie je dit:

- Afwikkelingsnelheid: tijd van heelsestrike → toe-off.
- Voorvoetdruk: piekkrachten bij sprint/pivot.
- Symmetrie grafiek: links-rechts verschil.

Scanbeeld	Betekenis
Asymmetrische kracht	Vermogensverlies
Voorvoet piekdruk	Explosieve belasting
Afwijkende COP	Inefficiënte krachtlijn

Interpretatie: beïnvloedt efficiëntie en blessurerisico.

### **Samenvatting: Hoe een voetscan lezen**

Stap 1: Kijk naar de drukkaart – waar zitten de piekdrukken?

Stap 2: Analyseer de COP-lijn – hoe verloopt de afwikkeling?

Stap 3: Bekijk de links-rechts balans – is er asymmetrie?

Stap 4: Check stabiliteit – hoeveel sway of micro-instabiliteit?

Stap 5: Koppel dit aan de kinetische keten: voet → enkel → knie → heup → bekken → rug.