



Protocol

Inversietrauma enkel

Anamnese

Anamnese

- Wat is er gebeurd?
- Wanneer is het gebeurd?
- Wat heeft de patiënt er zelf al aangedaan?

Specifieke vragen

- Kan de patiënt nog op de voet lopen?
- Is de enkel dik?
- Gebruikt de patiënt medicatie?
- Is de patiënt allergisch?

Hulpvraag

Achterhaal de hulpvraag van de patiënt.

Voorgeschiedenis, medicatie en allergieën

Heeft de patiënt eerder enkelletsel gehad?

Lichamelijk onderzoek

Inspectie patiënt (ABCDE check)

Niet van toepassing. Alleen bij veel bloedverlies check op circulatie.

Controles

Indien van toepassing

Lichamelijk onderzoek

- Inspectie 4 passen lopen
- Inspectie enkels beiderzijds
 - Palpatie
Palpeer en beoordeel de drukpijnlijkheid van de voorzijde van de laterale malleolus (de insertie van het ligamentum talofibulare anterius).
 - Ottawa-enkelregels
 - Voorste schuifladetest

Evaluatie

Vaststellen distorsie, ruptuur of fractuur aan de hand van het lichamelijk onderzoek

- Als er afwijkingen zijn volgens de Ottawa-enkelregels: doorverwijzen voor een foto om breuk uit te sluiten.
- Bij afwijkende Ottawa-enkelregels geen voorste schuifladetest verrichten.
- Bij afwijkende voorste schuifladetest: verdenking op ruptuur.
- Als er geen afwijkingen zijn volgens de Ottawa-enkelregels en de voorste schuifladetest is negatief: diagnose enkeldistorsie.

Beleid

Valkuilen

Geen inversietrauma

Overleg huisarts

- Standsafwijking
- Bij (verdenking) ruptuur (voorste schuifladetest afwijkend)
- Bij ander enkelletsel dan een inversietrauma
- Bij twijfel over pijnstilling

Behandeling

RICE en pijnstillers

Informatie voor de patiënt

Als de SOH denkt aan een distorsie:

- Enkelband is uitgerekt.
- Enkel mag belast worden.
 - Indien nodig pijnstilling
 - Thuisarts.nl

Controle/vervolg

in principe niet nodig

Vangnetadviezen

- vermoeden ruptuur
- aanhoudende klachten

Thuisarts.nl

Verwijs de patiënt voor meer informatie naar [thuisarts.nl](https://www.thuisarts.nl).