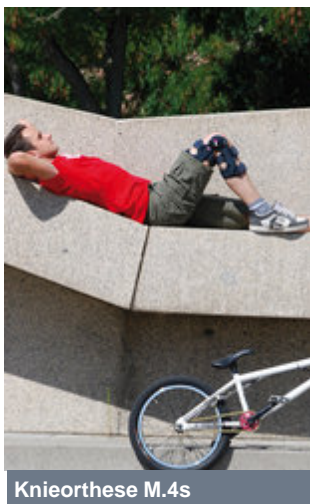


Pezen/banden

Tussen bot en spier



Knieorthese M.4s

De pezen vormen de verbinding tussen de spieren en de botten en dragen de kracht over op het skelet.

Pezen bestaan uit collageen bindweefselvezels die in onbelaste toestand licht golvend zijn. Daardoor kunnen ze een dempend effect uitoefenen bij het overbrengen van de spierkracht op de botten.

De pees wordt omgeven door een met vloeistof gevulde koker, de peesschede, op plaatsen waar de pees over een botuitsteeksel loopt. Zo wordt de pees bij bewegingen beschermd tegen wrijving.

De gewrichten worden beschermd door banden. De banden bestaan ook uit bindweefsel en vormen de verbinding tussen de botten. Ze helpen het gewricht te stabiliseren. Banden zijn over het algemeen niet erg elastisch. Bij uitrekking worden ze slap en bij sterke belasting kunnen ze zelfs scheuren.

Een blessure van de banden van het kniegewricht komt vaak voor bij het sporten. Vaak gaat het dan om een uitgerekte of gescheurde kruisband, door onrechtstreekse of rechtstreekse inwerking van sterke krachten, bijv. als een rotatiebeweging in het kniegewricht abrupt wordt afgebroken.

Ook bandblessures in het spronggewricht komen relatief vaak voor bij sporters. Een gescheurde enkelband of een blessure van het kapsel van het spronggewricht kan vooral ontstaan als de voet omslaat bij een landing.