Artrose

Artrose is een aandoening aan het kraakbeen in de gewrichten en kan veel klachten geven, zoals pijn en stijfheid.

Meer over artrose

Normaal gesproken kan een gewricht soepel buigen, strekken en draaien. Dat komt doordat de botuiteinden die samen een gewricht vormen, zijn bekleed met kraakbeen. Dit kraakbeen zorgt ervoor dat botten soepel langs elkaar bewegen.

Bij artrose is dit kraakbeen aangetast. De kraakbeenlaag wordt dunner en onregelmatig, waardoor het onderliggende bot gedeeltelijk bloot kan komen te liggen. Het bot wordt aan de randen breder en het gewricht wordt dikker. De binnenkant van het gewricht is bekleed met slijmvlies. Bij artrose kan dit slijmvlies chronisch ontstoken raken, wat kan leiden tot zwelling van het gewricht.

Artrose kan in ieder gewricht voorkomen, maar komt voornamelijk voor in de gewrichten van de handen, knieën, schouders, nek en heupen.

Artrose kan optreden door verschillende oorzaken, zoals:

- Ouder worden (leeftijd boven de 45 jaar)
- Chronische overbelasting. Bijvoorbeeld door overgewicht, een bepaalde lichaamshouding of werkhouding
- Afwijkende bouw van een gewricht
- Aanleg of erfelijkheid (vrouwen hebben bijvoorbeeld een hoger risico op het ontwikkelen van artrose)
- Ontstekingsreactie van het lichaam die de afbraak van het gewrichtskraakbeen kan versnellen, zoals bij reumatoïde artritis

We onderscheiden twee vormen van artrose: primaire artrose en secundaire artrose.

Primaire artrose

Artrose zonder aanwijsbare oorzaak noemen we primaire artrose. Hieronder valt ook de artrose die optreedt bij veroudering.

Secundaire artrose

Dit is artrose die ontstaat door een onderliggende oorzaak, zoals een ongeval, een aangeboren of verworven scheefstand van het gewricht of reumatoïde artritis.

Symptomen

Artrose kan verschillende klachten geven, zoals:

- pijn bij (over)belasting
- stijfheid, vooral na periode van bewegingloosheid, zoals 's morgens bij het opstaan (startpijn)
- krakend geluid/gevoel
- stijfheid
- standsverandering
- zwelling van het gewricht

Onderzoeken

De diagnose wordt gesteld aan de hand van de klachten en verschijnselen. Soms wordt een röntgenfoto gemaakt om de diagnose te bevestigen. Op een röntgenfoto is kraakbeen niet te zien, maar een foto laat wel zien hoe groot de afstand is tussen de botdelen. Als die te dicht bij elkaar liggen, kunnen we daaruit afleiden dat het kraakbeen dun is of zelfs ontbreekt. Ook is te zien of er 'osteofyten' zijn. Dit zijn botuitsteeksels die kunnen ontstaan als reactie op de artrose.

Behandelingen

Een genezing voor artrose bestaat niet. Daarom is de behandeling gericht op het verlichten van pijn en het blijven kunnen bewegen. Dit kan door middel van diverse niet-operatieve behandelmethoden.

Niet-operatieve behandelmethoden

Beweging
Als de aangedane gewrichten niet bewogen worden, worden ze alleen maar stijver en pijnlijker. Bovendien kunnen dan de spieren rondom het gewricht verzwakken. Daarom is het belangrijk om in beweging te blijven. Fysiotherapie kan helpen om te blijven bewegen en de spieren sterk te houden.

Pijnbestrijding
Meestal begint de pijnbestrijding met paracetamol, tot een maximumdosering van 4 gram per dag voor volwassenen (4 x 1000 mg, verdeeld over de dag). Lees bij gebruik altijd eerst de bijsluiter.

Als paracetamol onvoldoende helpt, kan een NSAID (Non-Steroidal Inflammatory Drugs) worden voorgeschreven, zoals ibuprofen, naproxen of diclofenac. NSAID's hebben naast een pijnstillende ook een ontstekingsremmende werking. Dit geeft verlichting wanneer er sprake is van irritatie van het gewricht. Lees bij gebruik altijd eerst de bijsluiter.

Injectie
Bij sommige gewrichten kan een injectie met een pijnstiller en een ontstekingsremmend hormoon (Kenacort®) helpen. Of u hiervoor in aanmerking komt, bespreekt de orthopedisch chirurg met u.

Operatie

Helpen alle niet-operatieve behandelingen onvoldoende? Dan kan een operatie een optie zijn. Het gewricht wordt dan vervangen door een kunstgewricht (prothese). Dit kan niet bij alle gewrichten. In sommige gevallen wordt het gewricht vastgezet (artrodese) en soms is een operatie niet mogelijk.

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Artrose van de knie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie/artrose-van-de-knie-slijtage)
- Artrose van de schouder (slijtage) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie/artrose-van-de-schouder-slijtage)
- Artrose in de heup (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie/artrose-de-heup-slijtage)
- Artrose van de elleboog (slijtage) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie/artrose-van-de-elleboog-slijtage)
- Patellofemorale artrose (artrose van de knieschijf) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie/patellofemorale-artrose-artrose-van-de-knieschijf)

Specialismen

- Orthopedie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie)

Contact Orthopedie	T 088 320 23 00