Artrose van de knie (niet-operatieve behandelingen)

Genezing van artrose van de knie bestaat (nog) niet. Wel zijn er diverse niet operatieve behandelingen die de klachten als gevolg van artrose verminderen.

Deze behandelingen zijn gericht op het verlichten van de pijn en het blijven gebruiken van uw knie.

Meer over niet-operatieve behandelingen

We proberen de klachten van artrose van uw knie zo goed en zo lang mogelijk te bestrijden met deze niet operatieve behandelmethoden. Dat heeft verschillende redenen:

- Niet elk kniegewricht kan vervangen worden door een kunstgewricht.
- Aan de operatieve ingreep zijn risico's verbonden.
- Een kunstgewricht heeft een levensduur van (gemiddeld) 15 jaar.

Omdat artrose steeds vaker bij relatief jonge mensen optreedt en de levensduur van een kunstgewricht beperkt is, bestaat de kans dat iemand twee keer (of vaker) aan dezelfde knie geopereerd moet worden. Daarom is het belangrijk om met behulp van deze behandelmethoden een operatie zo lang mogelijk uit te stellen.

Knieprothese

Als de niet operatieve behandelmethoden niet voldoende resultaat opleveren voor u, kan uw knie geheel of gedeeltelijk vervangen worden door een kunstknie

In het St Antonius Ziekenhuis is een uitgebreide expertise opgebouwd met het plaatsen van een totale of een gedeeltelijke knieprothese, waarbij gebruik gemaakt kan worden van computer navigatie. De slagingskans van zo'n operatie is zeer groot (rond de 99 %), maar de complicaties, die gelukkig bijna nooit optreden, kunnen ernstig zijn. Lees hier (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/knieprothese) meer over deze operatie.

Behandeling

Beweging

Als u uw knie niet beweegt, wordt deze alleen maar stijver en pijnlijker. Bovendien verslappen uw spieren. Daarom is het belangrijk om in beweging te blijven. Let daarbij wel op dat de beweging uw knie niet te veel belast. Fietsen of zwemmen kan een goede vorm van bewegen zijn. Bij ernstige stijfheid of bewegingsbeperking kan Cesar of Mensendieck oefentherapie of fysiotherapie zinvol zijn. Hierbij zal de nadruk liggen op bewegingstherapie.

Afvallen

Bij overgewicht worden de knieën extra belast. Daarom raden we patiënten met overgewicht aan om af te vallen. De combinatie van afvallen en bewegen vermindert de pijnklachten en zorgt soms zelfs voor verbetering van het gebruik van de knie en voorkomt verdere achteruitgang van het gewricht.

Voedingsupplementen

De stof Glucosamine heeft mogelijk effect op de pijnbeleving bij artrose. Bovendien remt het mogelijk de ontwikkeling van artrose van de knie. Glucosamine heeft zelden bijwerkingen en is zonder recept verkrijgbaar. Deze stof is sinds 2005 in Nederland geregistreerd als geneesmiddel ter verlichting van de pijnklachten bij artrose van de knie. Het effect is nog niet officieel aangetoond maar er zijn wel veel aanwijzingen. Indien na 3 maanden het gebruik van Glucosamides geen verlichting van uw klachten heeft opgeleverd, is het verstandig om het gebruik hiervan te stoppen.

Pijnbestrijding

Meestal begint de pijnbestrijding met paracetamol, tot een maximumdosering van 4 gram per dag voor volwassenen (4 x 1.000 mg verdeeld over de dag). Lees bij gebruik altijd eerst de bijsluiter. Als paracetamol niet voldoende helpt, kunt u een NSAID innemen, zoals brufen of diclofenac. NSAID staat voor 'Non-Steriodal Anti-Inflammatory Drugs'. Het zijn ontstekingsremmende geneesmiddelen die niet bij de groep van bijnierschorshormonen horen, de corticosteroïden. NSAID's hebben naast een pijnstillende ook een ontstekingsremmende werking. Dat geeft verlichting als er sprake is van irritatie of pijn van uw knie.

Expertise en ervaring

Als u een onderzoek, behandeling of ingreep aan uw knie moet ondergaan, bieden wij u hoogwaardige, orthopedische zorg. Daarbij werken onze orthopeden nauw samen met verschillende afdelingen binnen het ziekenhuis, zoals de afdeling Fysiotherapie, Neurologie, Neurochirurgie en Reumatologie. Bovendien streven wij naar korte lijnen met uw huisarts en fysiotherapeut.

Meer informatie

Websites

- Stichting Artrosezorg (https://www.artrosezorg.nl/content/artrose-de-knie)

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Artrose van de knie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/artrose-van-de-knie-slijtage)

Behandelingen & onderzoeken

- CT-scan (Computer Tomografie) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/ct-scan-computer-tomografie)
- Knieprothese (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/knieprothese)
- Standscorrectie artrotische knie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/standscorrectie-artrotische-knie)

Specialismen

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

Contact Orthopedie	T 088 320 23 00