

Artrose in de heup (slijtage)

Bij artrose in de heup raakt het kraakbeen in het heupgewricht beschadigd of verdwijnt het toenemend.

Het heupgewricht bestaat uit een kop en een kom. Beide zijn bedekt met kraakbeen. We spreken van artrose als het kraakbeen in het heupgewricht beschadigd raakt of toenemend verdwijnt. Dit leidt, door slijtage en vormverandering van de heupkop, tot stijfheid en pijn. Deze pijn wordt vaak gevoeld rondom de lies, de bil en het bovenbeen. Regelmatig is er zelfs sprake van uitstralende pijn naar de knie.

Oorzaken

Artrose van de heup ontstaat vaak door ouderdom. Maar ook overbelasting of herhaalde blessures door bijvoorbeeld werk of sport kunnen oorzaken zijn. Daarnaast kunnen erfelijkheid, heupaandoeningen op kinderleeftijd of overgewicht een rol spelen.

Artrose van de heup is een van de meest voorkomende oorzaken voor invaliditeit onder ouderen. Het risico op invaliditeit is zelfs vergelijkbaar met het risico op invaliditeit als gevolg van hart- en vaataandoeningen.

Wat vergroot de kans op artrose van de heup?

- Chronische belasting, zoals zwaar lichamelijk werk of intensief sporten.
- In beschadigde gewrichten, bijvoorbeeld door ongelukken of sportblessures, kan eerder artrose ontstaan.
- Heupaandoeningen op kinderleeftijd.
- De snelheid waarmee artrose zich ontwikkelt is tot op zekere hoogte erfelijk. Uiteindelijk krijgt bijna iedereen tijdens het ouder worden te maken met artrose.
- Bij artrose speelt ook een lichte ontstekingsreactie van het lichaam een rol. Deze ontstekingsreactie versnelt de afbraak van gewrichtskraakbeen.

Symptomen

- Pijn in de lies
- Pijn aan de zijkant van de heup
- Pijn in de knie
- Stijfheid van de heup, waardoor bijvoorbeeld het aantrekken van sokken en schoenen moeizaam kan zijn
- Moeite met op gang komen, bijvoorbeeld bij het opstaan
- Verminderde maximale loopafstand
- Wankelend looppatroon

Soorten

Er zijn twee vormen van artrose: primaire en secundaire artrose.

- **Primaire artrose**

Als artrose geen aanwijsbare oorzaak heeft, noemen we dit primaire of idiopatische artrose. Hieronder valt ook de artrose die optreedt bij veroudering.

- **Secundaire artrose**

Dit is artrose die veroorzaakt wordt door een onderliggende oorzaak, zoals heupdysplasie of een eerder ongeluk.

Bij het ouder worden is artrose eigenlijk een normaal proces. Door belasting (door onder andere het eigen lichaamsgewicht) wordt er steeds meer kraakbeen afgebroken en steeds minder kraakbeen aangemaakt. Daarbij ontstaan aan de randen van het gewricht vaak botuitsteeksels, ook wel osteofyten genoemd.

Onderzoeken

Om vast te stellen of u artrose aan uw heup heeft, zijn meerdere onderzoeken mogelijk. De diagnose wordt gesteld aan de hand van de klachten en verschijnselen. Mogelijke onderzoeken zijn:

- Het maken van een **röntgenfoto**. Dit biedt geen garanties voor de diagnose. Pas als het kraakbeen tot op het bot is versleten, is de slijtage op een röntgenfoto te zien.
- Een prik in het heupgewricht met een pijnstiller, dit noemen we **marcainisatie**. Hiervoor wordt vaak gekozen als er zowel artrose van de heup als van de rug is en er onderscheid gemaakt moet worden welke klachten van de artrose van de heup komen.

Behandelingen

Helaas bestaat er geen genezing voor artrose van de heup. Wel zijn er behandelingen die klachten als gevolg van artrose verminderen. Deze behandelingen zijn gericht op twee doelen:

- Het verlichten van de pijn
- Het blijven gebruiken van de heup

Er zijn twee soorten behandelingen:

- Conservatieve behandelmethoden (beweging, afvallen en pijnbestrijding met medicijnen).
- Operatieve vervanging van uw heup door een totale heupprothese

Mocht u aan uw heup geopereerd moeten worden, dan kunt u bij ons terecht voor een uitgebreid revalidatie- en voorlichtingsprogramma.

Heupprothese

Vervangen heupgewricht door kunstheup

Zie: <https://www.antoniusziekenhuis.nl/heupprothese>

Expertise en ervaring

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

Meer informatie

Consultkaart

Op de website Consultkaart.nl vindt u de consultkaart Artrose in de heup (http://consultkaart.nl/wp-content/uploads/2017/01/20161219_CK_Artrose-in-de-heup.pdf). Dit is een keuzehulp voor patiënten en artsen met daarop verschillende behandelopties.

Overige websites

Aanvullende informatie over artrose van de heup vindt u op de website www.zorgvoorbeweging.nl (<http://www.zorgvoorbeweging.nl>)

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

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

Behandelingen & onderzoeken

- Artrose van de knie (niet-operatieve behandelingen) (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/artrose-van-knie-niet-operatieve-behandelingen>)

Specialismen

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

Contact Orthopedie

T 088 320 23 00