



Artrose aan de enkel

Slijtage van het kraakbeen in het enkelgewricht leidt tot pijn, stijfheid en verminderde beweging. Het ontstaat met ouder worden, maar mogelijk ook na een breuk of ernstig trauma.

Op deze pagina

1. Wat is enkelartrose?
2. Soorten en oorzaken van enkelartrose
3. Mogelijke klachten van enkelartrose
4. Factoren die artrose versnellen of verergeren
5. Diagnose
6. Waar kan ik op consultatie?

Wat is enkelartrose?

Alle spieren, pezen en ligamenten rond je enkel werken samen om het gewricht optimaal te laten functioneren. Bij **artrose** slijt het kraakbeen van je gewrichten (geleidelijkaan) waardoor een vlotte werking wordt verstoord.

De gladde laag kraakbeen staat immers in voor de soepele beweging van het gewricht. Als het beschadigd is, schuren de onregelmatige stukken tegen elkaar aan. Het gevolg: ontsteking en pijn. Je enkel wordt meestal ook stijver en je ondervindt moeilijkheden bij het stappen en andere dagelijkse activiteiten.

Soorten en oorzaken van enkelartrose

Afhankelijk van het ontstaan onderscheiden we 2 soorten enkelartrose:

- **Primaire artrose of artrose zonder duidelijke oorzaak:** ontstaat door een natuurlijk slijtageproces, vaak bij (aangeboren) scheefstand en veroudering.

- **Secundaire artrose:** ontwikkelt zich na een enkelbreuk of zware, herhaaldelijke verstuikingen (gescheurde enkelbanden), chronische ontsteking (bv. reumatoïde artritis), uitgesproken overbelasting (door werk of sport) of een aangeboren vervorming of scheefstand van de enkel of voet.

Mogelijke klachten van enkelartrose

De meeste mensen met enkelartrose hebben last van pijn en stijfheid in hun enkel. De klachten beginnen vaak mild, maar nemen langzaam toe. Na een tijd wordt stappen moeilijker, vooral bij langere afstanden en op oneffen terrein. Door de ongemakken ga je automatisch anders stappen, wat je hele houding en gangpatroon kan beïnvloeden. In een later stadium kan ook de stand van je voet en enkel veranderen. Je voet staat dan niet meer mooi onder je knie en heup.

Factoren die artrose versnellen of verergeren

- Overgewicht
- Zware fysieke inspanningen
- Herhaaldelijke zware belasting van de enkel, vooral met impact (lopen & springen)
- Ontstekingen en bloedingen (bv. hemofilie)
- Scheefstand van voet of been

Diagnose

Gezien de duidelijkheid van de symptomen stelt de arts vrij snel vast dat het gaat om enkelartrose. Om de lokalisatie en de ernst van de artrose te bepalen, laat de orthopedist verdere onderzoeken uitvoeren. De arts vraagt eerst staande röntgenfoto's aan. Daarnaast kunnen nog verschillende bijkomende technische onderzoeken gebeuren om de ideale behandeling te bepalen: bijvoorbeeld een MRI, CT-scan, artro-CT, asbepaling onderste ledematen (RX Full Leg) of botscan SPECT.

De achtervoet bestaat uit het onderste (subtalair) en bovenste (de enkel, tibiotalair) spronggewricht. Beiden kunnen afzonderlijk of gelijktijdig aangetast zijn door slijtage en ook de omliggende gewrichten kunnen afwijkingen vertonen.

Enkelartrose kan conservatief (zonder operatie) of met operatie behandeld worden.

[Bekijk de verschillende behandelingen](#)

Waar kan ik op consultatie?

De **consultaties** vinden plaats in ZAS Augustinus, ZAS Cadix, ZAS Hoge Beuken, ZAS Middelheim, ZAS Palfijn, ZAS Sint-Jozef, ZAS Vincentius of in de privépraktijk van je arts.

Heb je nog vragen?

Is er nog iets niet duidelijk? Wat voor ons vanzelfsprekend is, is dat misschien niet voor jou. Aarzel dus niet om vragen te stellen aan je huisarts, je chirurg, je kinesist of de verpleging.

[Contacteer je arts](#)

Laatst bijgewerkt op 18/12/2025

Diensten

1 - 4 van 4



Dienst

Orthopedie en Traumatologie

orthopedische en traumatologische
heelkunde



Dienst

Orthopedie voor kinderen



Dienst

Reumatologie

Dienst

**Reumatologie voor
kinderen**

Info ombudsdienst

Heb je een compliment of ben je niet tevreden?

Dat kan je via de website melden aan de Ombudsdienst: [zas.be/ombudsdienst](https://www.zas.be/ombudsdienst)

VU: Willeke Dijkhoffz, Kempenstraat 100, 2030 Antwerpen

Source: <https://www.zas.be/aandoeningen/artrose-aan-de-enkel>