



Behandeling 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. Behandeling: met of zonder operatie?
3. Doe dit vóór de operatie
4. Het verloop van de operatie
5. Aandachtspunten op de dag van de ingreep
6. De revalidatie
7. Mogelijke ongemakken na de operatie
8. Opvolging en resultaat
9. Waar gebeurt de behandeling van enkelartrose?

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 (geleidelijk aan) 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.

[Lees hier meer over de soorten enkelartrose en de klachten.](#)

Behandeling: met of zonder operatie?

De ernst van de pijnklachten en het stadium van de enkelartrose bepalen of een operatie aangewezen is.

Zonder operatie

In het beginstadium van artrose kan de pijn worden verminderd door middel van medicatie (zoals pijnstillers en ontstekingsremmers) en aanpassingen in de levensstijl. Met speciale, aangepaste schoenen, steunzolen of een brace wordt de enkel verder ontlast. Ook kan een inspuiting verlichting van de ontsteking en pijnklachten geven (cortisone, hyaluronzuur of PRP).

Met operatie

- **Kijkoperatie van de enkel (enkelartroscopie):** schoonmaken van het gewricht om losse stukjes en slecht kraakbeen te verwijderen en nadien de bodem van het letsel op te boren en vorming van littekenweefsel te stimuleren (microfractuur).
- **Osteotomie (doorzagen en corrigeren van het scheenbeen en/of hiel):** stand van het onderbeen of voet/hiel verbeteren.
- **Enkelartrodese:** vastzetten van het gewricht (via kijkoperatie of open procedure).
- **Enkelprothese:** vervanging van het gewricht door een kunstgewricht.

! Belangrijk

Een kijkoperatie heeft een tijdelijk effect aangezien de 'opfrisbeurt' de verdere slijtage van het kraakbeen niet afremt. Alleen kleinere letsels komen hiervoor in aanmerking. Het kan gedurende een bepaalde periode wel het dagelijks comfort en functioneren verbeteren.

Doe dit vóór de operatie

Verwittig je arts en verzekeraar

Breng je huisdokter vooraf op de hoogte van je ingreep. Vraag bij je verzekeraar ook tijdig naar de voorwaarden van je hospitalisatieverzekering.

Meld of je bloedverdunners neemt

Neem de voorgeschreven medicatie in zoals afgesproken op je consultatie. Gebruik je bloedverdunners? Laat dat minstens 10 dagen vóór je ingreep weten

(via Preoperatieve Screening of POS).

Regel vervoer

Je mag en kan na de operatie niet alleen naar huis. Wacht niet tot dan om vervoer te regelen. Vraag vooraf al aan een familielid of vriend om je op te halen.

Blijf nuchter

Zorg dat je 100% nuchter bent. Dat betekent dat je vanaf 6 uur vóór de ingreep niet meer mag roken, eten of drinken. Zelfs geen water, tenzij voor je dagelijkse medicatie. Vraag dit vooraf wel aan de arts of hoofdverpleegkundige.

Hygiëne

Een operatie vereist de meest hygiënische omstandigheden. Verwijder nagellak en eventuele gelnagels op voorhand. Breng geen make-up aan, laat juwelen thuis en neem 's ochtends nog een bad of douche en was daarbij vooral je voeten grondig. Vraag indien nodig iemand uit je naaste omgeving om je hierbij te helpen. Trek daarna gemakkelijke kleding aan. In het ziekenhuis voorzien we een operatieschortje.

Blijf rustig

Geen zorgen, onze dokters weten precies wat ze doen. Verzet desnoods even je gedachten met een ontspannen activiteit (bv. lezen, tv kijken ...).

Het verloop van de operatie

1. De verdoving

De operatie gebeurt meestal onder volledige verdoving. Je bent dus niet wakker tijdens de ingreep. Meestal wordt er vooraf een bijkomende gedeeltelijke verdoving voorzien. Hierdoor heb je minder pijn na de operatie. De arts bespreekt vooraf je voorkeur en wat voor jouw situatie het beste is.

2. De ingreep

a. Kijkoperatie (enkelartroscopie): de chirurg maakt twee kleine sneetjes rond de enkel. Via de ene opening brengt hij een kleine camera in, via de andere fijne werkinstrumenten.

b. Osteotomie: de chirurg zaagt een stuk van het scheen- en kuitbeen of hielbeen door en plaatst het in een andere stand. Het bot wordt daarna vastgezet met (een plaat en) schroeven.

c. Enkelartrodese: de chirurg verwijdert het versleten kraakbeen aan beide kanten van het gewricht en zet het scheenbeen en sprongbeen tegen elkaar. Dan worden ze met schroeven of een plaat gefixeerd zodat ze correct aan elkaar kunnen groeien.

3. De nabespreking

De dag na de operatie komt een lid van het orthopedisch team langs om je uit te leggen wat er tijdens de operatie is gebeurd. De kinesist komt een reeks oefeningen uitleggen en je verdere revalidatie bespreken.

Hoeveel kost de behandeling van enkelartrose?

- De **behandeling van enkelartrose** en het **verblijf in het dagziekenhuis** worden grotendeels vergoed door het ziekenfonds.
- Het deel van de factuur waarvoor je ziekenfonds niet tussenkomt, moet je zelf betalen. Tenzij je een aanvullende **hospitalisatieverzekering** hebt. Verwittig daarom je verzekeraar vóór de ingreep, zodat je de juiste polisvoorwaarden kent en niet voor verrassingen komt te staan.

Aandachtspunten op de dag van de ingreep

- Omdat de ingreep onder **volledige verdoving** gebeurt, moet je de dag van de ingreep **nuchter** zijn. Dat betekent dat je vanaf 6 uur voor de ingreep niet meer mag eten, drinken of roken.
- Een absolute rookstop is nodig voor een goed resultaat.
- Vraag je arts of verpleegkundige of je **dagelijkse medicatie** zoals gewoonlijk mag nemen met een klein beetje water.

- Breng **geen make-up** aan. **Waardevolle juwelen** laat je **beter thuis**.
- Draag **gemakkelijke kleding**. We vragen om die te wisseln voor een operatieschortje.

De revalidatie

Na de operatie is het belangrijk om rust te nemen en je voet goed omhoog te leggen. Je moet eerst een periode op krukken lopen, in het begin zonder steun op je geopereerde enkel. Na ongeveer 6 weken mag je langzaam weer op de geopereerde enkel steunen. Het herstel duurt minstens 3 tot 6 maanden, afhankelijk van de aard van de operatie en de ernst van de artrose.

Mogelijke ongemakken na de operatie

Bij elke ingreep die je uitvoert op het lichaam, kunnen er verwikkelingen optreden. Lichte pijn na de ingreep is normaal en mag je verzachten met paracetamol (bv. Dalfalgan). Wanneer je een langere periode dan normaal last hebt, gaat het wellicht om onvoorziene bijwerkingen. Dit zijn de meest voorkomende complicaties die kunnen optreden na de behandeling van enkelartrose:

- Wondproblemen of infectie
- Trombose
- Gevoelloosheid rond het litteken (vaak tijdelijk)
- Verminderd gevoel op de voetrug
- In zeldzame gevallen: loskomen van het materiaal, verlies van de spierfunctie of trage botgenezing

Wanneer contact opnemen?

Neem zeker contact op:

- bij aanhoudende **koorts**: meer dan 38,5°;
- bij plotse pijnlijke toename van **zwellings** in (lichaamsdeel);
- bij **vochtverlies** uit de wonde;
- bij **kortademigheid** of een ongewone pijn in de borststreek.

Opvolging en resultaat

Naast je revalidatie bij de kinesist volgt ook de behandelende arts je op om je herstel vlot te laten verlopen en de genoemde complicaties te voorkomen. Tijdens geregelde controleafspraken kijkt de arts hoe de genezing evolueert, meestal met een röntgenfoto. Of je weer 100% de oude wordt, hangt af van een aantal factoren zoals de ernst van de artrose, je leeftijd en je algemene gezondheid.

Waar gebeurt de behandeling van enkelartrose?

De **ingreep** gebeurt in het dagziekenhuis van ZAS Augustinus, ZAS Cadix, ZAS Middelheim, ZAS Vincentius of ZAS Palfijn.

De **controles** achteraf 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?

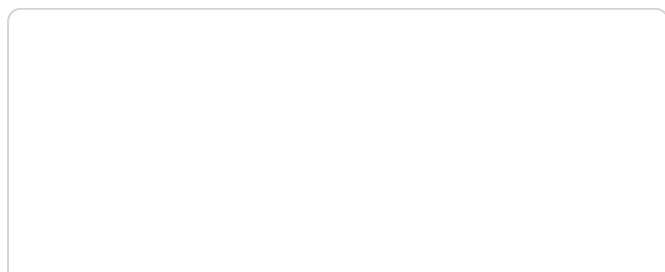
Is er nog iets niet duidelijk? Wat voor ons vanzelfsprekend is, is dat misschien niet voor jou. Aarzel dus niet om vragen te stellen aan je huisarts, je chirurg, je kinesist of de verpleging.

[Contacteer je arts](#)

Laatst bijgewerkt op 23/12/2025

Diensten

1 - 1 van 1





Dienst

Orthopedie en Traumatologie

orthopedische en traumatologische heelkunde

Aanwezig in de volgende locaties:

ZAS Augustinus

ZAS Cadix

ZAS Hoge Beuken

ZAS Medisch Centrum Kaai 142

ZAS Middelheim

ZAS Palfijn

ZAS Sint-Jozef

ZAS Vincentius

Contacteer

Over deze dienst

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/behandelingen/behandeling-artrose-aan-de-enkel>