



Behandeling labrumletsel

Net als een meniscus in de knie kan het labrum in je heup scheuren. Het gevolg is een zeurende pijn in de liesstreek waardoor stappen en andere bewegingen moeilijker worden.

Op deze pagina

1. Wat is een labrumletsel?
2. Behandeling: met of zonder operatie?
3. Doe dit vóór de operatie
4. Zo verloopt de operatie van een labrumletsel
5. De revalidatie na een labrumletsel
6. Mogelijke ongemakken na de operatie
7. Opvolging en resultaat
8. Waar gebeurt de behandeling van een labrumletsel?
9. Heb je nog vragen?

Wat is een labrumletsel?

Het labrum is een dunne flexibele ring van kraakbeen die ervoor zorgt dat het dijbeen goed in de heupkom blijft zitten. Door een letsel kan er een scheur ontstaan of beschadiging optreden. Dat leidt tot pijn in de bil- en liesstreek en verstoort de normale bewegingen van de heup.

[Lees hier meer over de oorzaken en klachten van een labrumletsel.](#)

Behandeling: met of zonder operatie?

De mate waarin de aandoening gevorderd is, bepaalt de behandeling. In een vroeg stadium proberen we vooral de klachten onder controle te houden om het dagelijks comfort te vergroten. Bijvoorbeeld door het voorschrijven van rust, stabiliserende kinesitherapie of ontstekingsremmers. Soms kiest de arts voor een inspuiting in het heupgewricht om de pijn te verlichten en de ontsteking te verminderen.

Bij diepliggendere klachten en oorzaken, dringt een operatie zich op. Er zijn 2 mogelijkheden:

- Een arthroscopie: een kijkoperatie om het labrum te herstellen of beschadigde delen te verwijderen.
- Een open chirurgische heupluxatie: de heup wordt ontwricht om aangeboren vormafwijkingen te corrigeren.

Hoeveel kost de behandeling van een labrumletsel?

- De **behandeling van labrumletstel** 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.

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.

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. Breng geen make-up aan, laat juwelen thuis en neem 's ochtends nog een bad of douche. Vraag iemand uit je naaste omgeving om je hierbij te helpen. Trek daarna losse bovenkleding aan. In het ziekenhuis voorzien we een operatieschortje.

Blijf rustig

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

Zo verloopt de operatie van een labrumletsel

1. De verdoving

De kijkoperatie gebeurt doorgaans onder plaatselijke verdoving. Met een spuitje in de rug wordt enkel het onderlichaam verdoofd. Voor de luxatie ga je onder volledige narcose. Je bent dus niet wakker tijdens de ingreep. Je krijgt ook een lokale verdoving via een ruggenprik. Die verdooft de zenuwen die naar de heup lopen. Hierdoor heb je minder pijn na de operatie.

2. De ingreep

Bij een arthroscopie brengt de chirurg een kleine camera en werkinstrumenten binnen via 3 kleine kijkgaatjes. In functie van de situatie voert hij of zij de nodige ingrepen uit. Bij een luxatie maakt de chirurg een insnede aan de zijkant om – na het openen van het kapsel en doorsnijden van de ligamenten – de heupkop te verwijderen en er de nodige aanpassingen aan uit te voeren. Daarna wordt de heup teruggeplaatst en vastgezet met schroefjes.

3. De nabespreking

Na de operatie komt een lid van het orthopedisch team langs om je te vertellen welke ingrepen precies werden uitgevoerd. De kinesist informeert je over je revalidatie en geeft je een aantal oefeningen mee.

De revalidatie na een labrumletsel

Na een kijkoperatie mag je snel naar huis. Je loopt 2 tot 4 weken op krukken en mag nadien weer voorzichtig steunen. De revalidatie na een open chirurgische luxatie vraagt meer tijd. Je verblijft een vijftal dagen in het ziekenhuis, maar start al meteen na de ingreep met voorzichtige oefeningen. Daarna volgen 6 weken krukken en een aangepaste behandeling door de kinesist. Na een aantal maanden ben je weer helemaal terug op de been.

Mogelijke ongemakken na de operatie

Bij elke ingreep die je uitvoert op het lichaam, kunnen verwikkelingen optreden. Lichte pijn na de ingreep is normaal en mag je verzachten met paracetamol (bv. Dafalgan). 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 een heupoperatie:

- Infecties
- Trombose
- Overmatige kalkvorming
- In zeldzame gevallen: avasculaire necrose (verstoorde bloedvoorziening in de heupkom).

⚠️ Neem in deze gevallen altijd contact op!

- Aanhoudende koorts (meer dan 38°)
- Het onderbeen (kuit) is pijnlijk, stijf, rood of dik.
- Vochtverlies uit de wonde
- Kortademigheid of een ongewone pijn in de borststreek.

Opvolging en resultaat

Naast je revalidatie bij de kinesist, volgt ook de behandelende arts je van dichtbij op om je herstel vlot te laten verlopen en de genoemde complicaties te voorkomen. Tijdens geregelde controleafspraken kijkt hij of zij of de ingreep effect heeft, meestal door middel van een röntgenfoto. Of je weer 100% de oude wordt, hangt af van een aantal factoren zoals de ernst van de aandoening, je leeftijd en je algemene gezondheid. In de meeste gevallen herstel je volledig, al kan dat best een tijdje duren.

Waar gebeurt de behandeling van een labrumletstel?

De **ingreep** gebeurt in het dagziekenhuis van ZAS Augustinus, ZAS Cadix 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?

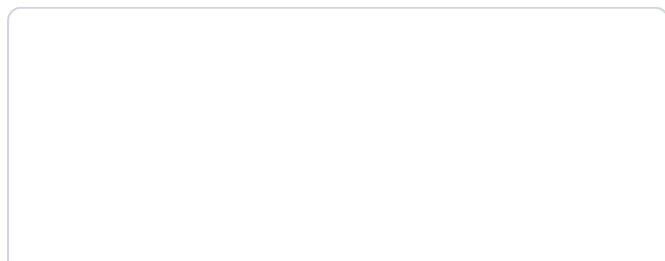
Wat voor ons vanzelfsprekend lijkt, is dat misschien niet voor jou. Aarzel dus niet om je vragen voor te leggen aan je huisarts, chirurg, kinesist of onze verpleegkundigen.

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

VU: Willeke Dijkhoffz, Kempenstraat 100, 2030 Antwerpen

Source: <https://www.zas.be/behandelingen/behandeling-labrumletsel>