



Artrose aan de knie

Bij artrose in de knie verslijt het kraakbeen in het kniegewricht. Hierdoor schuren botten tegen elkaar aan. Je knie doet pijn of wordt stijf. Het wordt moeilijker om te bewegen.

Op deze pagina

1. Hoe je kniegewricht werkt
2. Wat artrose doet met je knie
3. Hoe ontstaat artrose?
4. Factoren die artrose doen toenemen
5. De diagnose van knie-artrose
6. De behandeling van knie-artrose
7. Stel gerust je vragen

Hoe je kniegewricht werkt

In je kniegewricht zitten **botten, spieren, gewrichtsbanden** en een **kapsel**. Die onderdelen zorgen ervoor dat je je knie kan plooien en strekken. In een gezonde knie is het oppervlak van het kniegewricht glad en beschermd door **een laagje kraakbeen**. Hierdoor kunnen de onderdelen makkelijk over elkaar glijden.

Wat artrose doet met je knie

Als je artrose hebt, slijt het kraakbeen in je kniegewricht af. Zonder die buffer schuren de botten van je kniegewricht tegen elkaar aan. Dat veroorzaakt pijn, stijfheid en zwelling. Het kan moeilijker worden om de knie soepel te bewegen. Het lichaam zal proberen het verlies aan kraakbeen te compenseren door extra bot aan te maken. Maar dat maakt op termijn de stijfheid alleen maar erger.

Hoe ontstaat artrose?

De belangrijkste oorzaken van artrose zijn **leeftijd**, chronische **ontstekingen** en **ongevallen**. Artrose kan bovendien **versneld worden door afwijkingen** zoals O- of X-benen of het verlies van een meniscus. Knie-artrose kan ook in de familie zitten: zowel de as van je been als de kwaliteit van je kraakbeen zijn grotendeels **erfelijk bepaald**.

Factoren die artrose doen toenemen

O- of X-benen

Als je O- of X-benen hebt, komt er meer belasting op een specifiek gedeelte van de knie terecht. Hierdoor kan het kraakbeen sneller verslijten.

Verwijderde meniscus

Als je je meniscus hebt laten verwijderen op jonge leeftijd, heeft je knie nu geen 'schokdemper' meer. Hierdoor slijt het kraakbeen sneller af.

Ongeval of letsel

Ben je betrokken geweest bij een ongeval en hebt je gewricht gebroken of je kraakbeen beschadigd? Dan kan dat je artrose erger maken.

Slechte doorbloeding

Sommige mensen hebben een slechte doorbloeding in het bot onder het kraakbeen van het kniegewricht.

Afbrokkelend kraakbeen

Osteoartrose is een aandoening waarbij kraakbeen verzwakt en uiteindelijk afbrokkelt.

Ontstoken kraakbeen

Reumatoïde artritis is ontstekingsreuma die het kraakbeen week maakt, telkens

opnieuw doet ontsteken en uiteindelijk vernietigt.

Afstervend bot

Osteonecrose of avasculaire necrose is een aandoening waarbij het bot afsterft. Grote delen bot zakken in elkaar, wat leidt tot snellere slijtage van de gewrichten.

De diagnose van knie-artrose

1

Klachten

Het begint meestal bij een bezoek aan de arts, omdat je pijn hebt en minder goed kan bewegen. In het geval van een ontsteking is je knie ook opgezwollen.

2

Klinisch onderzoek

Je arts doet een eerste onderzoek om de beperkingen, pijn, zwelling, instabiliteit en eventuele afwijkingen (zoals X-benen) in kaart te brengen.

3

Beeldvorming

Het is mogelijk dat de arts een röntgenfoto neemt om de diagnose te bevestigen. Als je kraakbeen verliest, is dat duidelijk te zien op een röntgenopname.

De behandeling van knie-artrose

Zonder operatie

Je arts zal eerst een behandeling zonder operatie verkiezen. Voorbeelden hiervan zijn pijnstillers, ontstekingsremmers, supplementen, injecties, een brace, spierversterkende oefeningen of hulpmiddelen zoals een wandelstok.

Met operatie

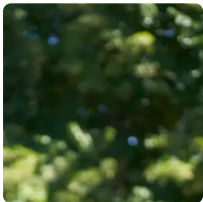
Als niet-operatieve behandelingen niet helpen, kan een operatie nodig zijn. Voorbeelden hiervan zijn een standcorrectie van het been of plaatsen van een halve of volledige knieprothese.

Laatst bijgewerkt op 22-03-2023

Stel gerust je vragen

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

1 - 3 van 3



Dienst

Orthopedie en Traumatologie

orthopedische en traumatologische
heelkunde



Dienst

Orthopedie voor kinderen



Dienst

Reumatologie

Info ombudsdienst

Heb je een compliment of ben je niet tevreden?

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/aandoeningen/artrose-aan-de-knie>