



Artrose in de heup

Bij artrose in je heup is het kraakbeen in je heupgewricht beschadigd. Hierdoor kan je last krijgen van pijn en stijfheid. Bewegen wordt moeilijker.

Op deze pagina

1. Wat is heupartrose?
2. De oorzaak
3. Factoren die artrose erger kunnen maken
4. Mogelijke symptomen
5. Diagnose
6. Behandeling zonder operatie
7. Behandeling met operatie

Wat is heupartrose?

Artrose is slijtage van het kraakbeen. In je heupgewricht zitten onderdelen die over elkaar glijden wanneer je beweegt. Dat lukt omdat er een glad laagje overheen zit: het kraakbeen. Wanneer het kraakbeen verslijt, beginnen de onderdelen van het gewricht tegen elkaar te schuren. Bewegen wordt moeilijk en je heup doet pijn.

De oorzaak

Heupartrose kan natuurlijke slijtage zijn door **ouderdom**. Maar aantasting van het kraakbeen kan ook het gevolg zijn van **een ongeval**, **chronische ontstekingen** zoals **reumatoïde artritis**, een **aandoening** als **avasculaire necrose** of het gevolg zijn van een niet goed ontwikkeld heupgewricht. **Artrose kan ook in de familie zitten**, want de kwaliteit van je kraakbeen is grotendeels erfelijk bepaald.

Factoren die artrose erger kunnen maken

- overgewicht

- zwaar fysiek werk
- herhaaldelijke belasting van de heup

Mogelijke symptomen

- pijn in de lies, het bovenbeen en de bil
- soms ook kniepijn of rugpijn
- ongemakken bij het stappen, later ook bij rust
- moeite met je aankleden of schoenen vastmaken
- ochtendstijfheid
- manken bij het stappen
- verminderde kracht en uithoudingsvermogen

Diagnose

De dokter kan artrose aan de heup meestal al vaststellen tijdens een standaardconsultatie, omdat de symptomen vrij duidelijk zijn. Eerst wordt er gekeken in hoeverre je de heup nog kan bewegen en of bepaalde draaibewegingen pijn doen. Om het vermoeden te bevestigen, kan de dokter ook vragen om een röntgenfoto (RX) van je heup en bekken laten maken.

Behandeling zonder operatie

We proberen artrose eerst zonder operatie te behandelen, met **rust, pijnstillers** en eventueel **ontstekingsremmers**. Daarnaast kan je dokter ook aanraden om regelmatig **ijs** op de heup te leggen en voorzichtig te **blijven bewegen**, al dan niet onder begeleiding van een kinesitherapeut. Als je overgewicht hebt, is het een goed idee om af te vallen om zo de druk op je heup te verminderen.

Behandeling met operatie

Heb je veel pijn, zelfs na bovenstaande behandelingen? Dan kan je in aanmerking komen voor een heupprothese. De kop en de pan van het heupgewricht worden dan vervangen door een kunstversie.

Diensten

1 - 1 van 1



Dienst

Orthopedie en Traumatologie

orthopedische en traumatologische
heelkunde

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-de-heup>