



Knieartrose

informatiebrochure

Orthopedie

01 Inhoud

Wat is knieartrose?	4
Kenmerken van artrose	5
Diagnose	6
Prevalentie	7
Behandeling	7

02 Welkom

Wij heten je van harte welkom op onze afdeling Orthopedie. Ons team van gespecialiseerde artsen en verpleegkundigen staat klaar om jou te begeleiden.

In deze brochure vind je meer informatie over knieartrose.

Heb je verdere vragen, opmerkingen of wensen, aarzel dan niet om je behandelend arts of de verpleegkundigen aan te spreken.

Het team van dr. Bollars

03 Wat is knieartrose?

Artrose van het kniegewricht wordt ook wel 'slijtage' genoemd en wordt gekenmerkt door degeneratie van het kraakbeen. De kraakbeenlaag van het kniegewricht wordt dunner, onregelmatiger of verdwijnt zelfs volledig.

Meestal is dit het gevolg van ouderdom, eventueel in combinatie met een scheefstand van de benen zoals X- of O- benen. Men spreekt van primaire artrose en komt het meest voor op middelbare of oudere leeftijd.

Artrose kan ook secundair optreden na een ongeval, meniscusletsel, infectie of ten gevolge van een gewrichtsaandoening (bijvoorbeeld reuma-ziekten).



04 Kenmerken van artrose

- **Pijn**

De pijn situeert zich vooral rondom de knie en treedt met name op bij zware belasting (traplopen, hellingen, ...). Na een tijdje ontstaat ook nachtelijke pijn en pijn in rust.

- **Gewrichtsstijfheid**

Je ervaart opstartstijfheid, vooral in de ochtend of na een tijdje zitten. Eenmaal 'opgestart' lukt het beter.

- **Verminderde actieradius**

In de loop der tijd ervaar je dat je steeds minder ver kan stappen. Je wordt beperkt en dat gaat ten koste van je levenskwaliteit.

- **Zwelling**

Je merkt op een dikkere knie te hebben.



05 Diagnose

De diagnose wordt gesteld aan de hand van jouw verhaal, het klinisch onderzoek en beeldvorming.

Op een staande röntgenfoto wordt er een inschatting gemaakt van de gradatie of ernst van de artrose.

Hierbij wordt stadium 4 ook wel het stadium van de been op been artrose genoemd (foto D).

Een MRI-scan heeft voor artrose weinig toegevoegde waarde.



06 Prevalentie

Knieartrose is de meest voorkomende vorm van artrose. Dit treedt vooral op vanaf middelbare en oudere leeftijd.

In België worden er jaarlijks ongeveer 18.000 prothesen geplaatst, meer bij vrouwen dan mannen met een gemiddelde leeftijd van 67 jaar.



07 Behandeling

Allereerst wordt een **conservatieve behandeling** opgestart met aandacht voor:

- **aanpassing levensstijl**: minder schokbelasting, verlies van lichaamsgewicht indien nodig, gebruik van een hulpmiddel (vb. stok, rollator), dragen van een kniebrace (vb. unloader);
- gebruik van **ontstekingsremmers** (NSAID's) en/of **pijnstillers**;
- beweging en **kinesithérapie**: in beweging blijven (wandelen, fietsen, zwemmen) en functionele oefentherapie met aandacht voor spierversterking;
- intra-articulaire **injecties** met cortisone, hyaluronzuur of PRP.

Indien dit onvoldoende blijkt te zijn, kan een operatie overwogen worden. Welke operatie is afhankelijk van de ernst en lokalisatie van de artrose.

Een definitieve oplossing voor de behandeling van eindstandige of graad 4 artrose, is een knieprothese of kunstknie. Er zijn verschillende soorten prothesen: knieschijf-, halve of hele knieprothese.

Daarnaast kan soms een arthroscopie of kijkoperatie tijdelijk de klachten doen verminderen, op voorwaarde dat er regelmatig vocht of blokkade aanwezig is bij een falende conservatieve behandeling. Deze kijkoperatie is niet genezend en heeft geen gegarandeerd langdurig effect.

Bij actieve patiënten kan een correctie osteotomie of kantelingsoperatie overwogen worden bij matige unicompartimentele artrose. Bij dergelijke ingrepen maken we van een O- een X- been om de druk bij het stappen te verleggen.



Vragen?

Contacteer in eerste instantie je huisarts. Indien de huisarts je doorverwijst of niet bereikbaar is, kan je contact opnemen met:

secretariaat dr. Bollars
tel.: 011 69 96 60

afdeling F1
tel.: 011 69 98 00



Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10
info@stzh.be • www.sint-trudo.be