

## Arthrose van de knie

Er zijn drie vormen van artrose die het kniegewricht kunnen aantasten.

1. **Artrose** als een degeneratieve ziekte waarbij het kraakbeen van het bot langzaam weg slijt. Dit komt het meest voor bij mensen van middelbare leeftijd of ouder.

2. Reumatoïde artritis is een ontstekingsreactie van het gewricht die het kraakbeen kan vernietigen met **artrose** als resultaat. Dit kan op iedere leeftijd voorkomen. Meestal worden beide knieën aangetast.

3. Posttraumatische **artrose**, die kan ontstaan na een verwonding van de knie zoals een fractuur, een bandletsel of een meniscusscheur. Deze vorm van artrose kan jaren na het doorgemaakte trauma alsnog optreden.

### **Symptomen van artrose**

Over het algemeen wordt de pijn, die men associeert met artrose, geleidelijk erger hoewel een plotseling begin ook mogelijk is. Het gewricht kan stijf en gezwollen raken waardoor buigen en strekken van de knie moeilijker wordt. Pijn en zwelling zijn het hevigst in de ochtend en na een periode van rust. De pijn kan ook verergeren na periodes van lopen, traplopen of knielen. De pijn geeft vaak een gevoel van zwakte van de knie, hetgeen kan resulteren in haperen of doorzakken. Veel mensen zeggen dat weersveranderingen ook effect hebben op de pijn.

### **Het stellen van de diagnose**

Uw arts zal een lichamelijk onderzoek verrichten dat gericht is op uw manier van lopen, de bewegingsmogelijkheden van de knie, zwelling en gevoeligheid van het gewricht.

Röntgenfoto's zullen versmalling van de gewrichtsspleet in de aangetaste knie tonen. Voor reumatoïde artritis kunnen bloedonderzoek en andere testen zoals een MRI nodig zijn om de diagnose vast te stellen.

### **Behandel mogelijkheden**

In een vroeg stadium wordt artrose van de knie behandeld met conservatieve, niet chirurgische, methoden.

- Aanpassing van leefgewoonten kunnen inhouden gewichtsafname, overgaan van hardlopen of springen naar zwemmen of fietsen, beperken van activiteiten die de klachten kunnen verergeren zoals traplopen.
- Oefeningen kunnen helpen om de mobiliteit en soepelheid te verhogen en zullen tevens de spieren in uw been versterken.
- Gebruik maken van hulpmiddelen zoals een stok, goed schoeisel eventueel met inzet stukjes, het dragen van een brace of kniekoker kunnen verlichting geven.
- Andere maatregelen kunnen zijn warmte en koude, oefeningen in het water of bandages.

Voor artrose van de knie kunnen verschillende pijnstillers gebruikt worden. Omdat iedere patiënt verschillend is en niet iedereen hetzelfde reageert op medicijnen, zal de orthopedisch chirurg deze specifiek per patiënt voorschrijven.

- Ontstekingsremmende medicijnen kunnen zijn aspirine of ibuprofen om de zwelling van het gewricht te verminderen.
- Anti reumatica kunnen de pijn verlichten.

- Corticosteroïden zijn krachtige ontstekingsremmers die geïnjecteerd worden in het gewricht.
- Hyaluronaat therapie bestaat uit een reeks injecties die zijn ontwikkeld om de eigenschappen van de gewrichtsvloeistof te verbeteren.
- Speciale medische behandelingen voor reumatoïde artritis kunnen bestaan uit goud injecties en andere medicamenten.

### **Chirurgische behandeling**

Als de klachten van artrose niet verminderen door deze, niet operatieve, behandelingen, kan een operatie noodzakelijk zijn.

- Bij arthroscopische chirurgie wordt gebruik gemaakt van optische technieken die de orthopedisch chirurg in staat stellen de binnenkant van het gewricht te bekijken, eventuele losse fragmenten te verwijderen of schade aan het kraakbeen te herstellen.
- Bij een osteotomie wordt het scheenbeen of het dijbeen doorgezaagd om deze op één lijn te plaatsen met het kniegewricht.
- Bij een gedeeltelijke of gehele knieprothese worden de beschadigde delen van het kniegewricht door metaal of kunststof vervangen.
- Kraakbeen transplantatie is mogelijk voor sommige knieën met weinig of beperkt kraakbeen verlies door een trauma of artrose.

Orthopedisch chirurgen zijn steeds op zoek naar nieuwe methoden om artrose van de knie te behandelen. Nu lopende onderzoeken zijn gericht op nieuwe medicatie, kraakbeen transplantaties en andere middelen om de voortgang van artrose te verminderen.

September 2000, mei 2004

Bron: American Academy of Orthopedic Surgeons

Vertaling: Farmor B.V.