

Keuzehulp

ARTROSE IN DE HEUP

U bent door uw huisarts naar ons verwezen omdat deze vermoedt dat u artrose (slijtage) in de heup heeft.

Om voor te bereiden op het gesprek dat u met de arts op de polikliniek orthopedie zult hebben, heeft u deze keuzehulp ontvangen.

Wij vragen u deze informatie door te lezen en eventueel met uw familie of naasten te bespreken. In het gesprek met de arts kunt u de vragen stellen die u nog heeft en vertellen wat u belangrijk vindt. Op deze manier hopen wij, dat wij samen met u kunnen beslissen wat voor u de beste behandeling is.

ARTROSE IN DE HEUP:

behandelmogelijkheden

Heeft u last van artrose in uw heup? Deze keuzehulp kan u en uw orthopeed helpen om uw mogelijkheden voor behandeling te bespreken

Let op: een kunstheup wordt vaak pas later gekozen, als de andere behandelingen niet of onvoldoende werken. Hoeveel klachten u heeft kan erg veranderen.

BEHANDEL- MOGELIJKHEDEN ➔	UW LEEFSTIJL VERANDEREN	PIJNSTILLERS SLIKKEN	INJECTIE IN UW HEUP	U KRIJGT EEN KUNSTHEUP (heupprothese)
Hoe werkt de behandeling?	<ul style="list-style-type: none"> - U krijgt adviezen voor het veranderen van uw leefstijl. - Het advies kan gaan over actief bewegen en voeding. - Een fysiotherapeut of diëtist kan u eventueel begeleiden. - U kunt daarnaast eventueel pijnstillers slikken. 	<ul style="list-style-type: none"> - U slikt paracetamol. - Helpt de paracetamol niet? Dan kunt u een NSAID slikken. Dit is een pijnstiller en een ontstekingsremmer die u op recept kunt krijgen. - Heeft u veel bijwerkingen van de NSAID? Dan kunt u minder NSAID slikken én paracetamol. - Helpt de NSAID ook niet? Dan kunt u Tramadol slikken. Dit is een zwaardere pijnstiller die u op recept kunt krijgen. - Het kan helpen als u daarnaast uw leefstijl verandert. 	<ul style="list-style-type: none"> - Uw arts geeft u een injectie met Corticosteroid in uw heup. - Het kan helpen als u daarnaast uw leefstijl verandert. - De arts kan de injectie ook gebruiken om de diagnose te stellen als er twijfel is of de klachten vanuit de heup of vanuit de rug veroorzaakt worden. 	<p><i>In het ziekenhuis</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - U gaat onder narcose of krijgt een ruggenprik. - Een orthopeed vervangt uw heup door een kunstheup. - U moet 1 tot 2 dagen in het ziekenhuis blijven. <p><i>Als u weer thuis bent</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - U gebruikt 30 dagen bloedverdunders. - U loopt zo lang als nodig met krukken of rollator - U krijgt zo lang als nodig, fysiotherapie. - Na ongeveer een half jaar loopt u weer normaal.
Heb ik minder pijn na de behandeling?	Door een sterker lichaam en betere conditie heeft u waarschijnlijk na een paar weken minder pijn.	Vaak vermindert de pijn direct. Werkt een pijnstiller niet? Dan kunt u een sterkere pijnstiller proberen.	De injectie werkt meestal meerdere weken tot maanden. Als de klachten terugkomen, kan de arts u eventueel opnieuw een injectie geven.	Meestal wordt de pijn na de operatie geleidelijk minder. Soms wordt de pijn niet minder. Na een jaar zeggen 87 van de 100 patiënten (87%) dat ze zeer tevreden zijn over hoeveel minder pijn ze hebben.
Wat zal ik na de behandeling weer kunnen?	Als de pijn minder wordt, kunt u zich makkelijker bewegen. Door bewegen kan de pijn ook weer minder worden.	Als de pijn minder wordt, kunt u zich makkelijker bewegen. Door bewegen kan de pijn ook weer minder worden. Gaat u intensief bewegen? Dan kan het helpen als u vooraf pijnstillers slikt.	Als de pijn minder wordt, kunt u zich makkelijker bewegen. Door bewegen kan de pijn ook weer minder worden.	De meeste patiënten kunnen zich makkelijker bewegen. <ul style="list-style-type: none"> - Rustige sporten zoals wandelen, zwemmen, golf en fietsen kunt u veilig doen. - Balsporten, zoals basketbal, voetbal en volleybal, of hardlopen kunt u beter niet doen.
Wat zijn risico's en mogelijke bijwerkingen van de behandeling?	Er zijn geen risico's of bijwerkingen. Als u meer beweegt en afvalt, wordt de kans dat de artrose erger wordt juist kleiner.	<ul style="list-style-type: none"> - Paracetamol heeft weinig bijwerkingen. - NSAID's zorgen bij 10 tot 30 van de 100 patiënten (10-30%) voor maag-darmklachten, zoals misselijkheid, buikpijn en diarree. Soms zorgt NSAID voor stoornissen in de nierfunctie, hoge bloeddruk of huiduitslag. - Tramadol zorgt bij meer dan 10 van de 100 patiënten (>10%) voor misselijkheid en duizeligheid. 1 tot 10 van de 100 patiënten (1-10%) heeft last van obstipatie, braken, een droge mond, zweten, hoofdpijn, slaperigheid, vermoeidheid en verwijde bloedvaten. 	<ul style="list-style-type: none"> - Na veel injecties is er een klein risico dat het kraakbeen in uw heup beschadigt. Hierdoor wordt de artrose erger. - Heel soms krijgt een patiënt een allergische reactie of een infectie. - Ongeveer 2 van de 100 patiënten (2%) hebben een paar dagen na de injectie gewrichtspijn en zwelling. - Bij patiënten met diabetes kunnen de bloedsuikers tijdelijk ontregeld zijn 	<ul style="list-style-type: none"> - Van de patiënten ouder dan 65 jaar krijgen minder dan 3 van de 100 (<3%) ernstige klachten na de operatie. bijvoorbeeld een infectie aan de wond, een infectie aan de kunstheup, bloedverlies, bloedstolsel in de benen of longen, een hartaanval of de patiënt overlijdt. - Heel soms schiet de heup na de operatie uit de kom. En heel soms is de lengte van de benen niet meer gelijk na de operatie. - De risico's op complicaties zijn groter wanneer u ouder bent, andere aandoeningen heeft, rookt of te zwaar bent. - De kans dat de kunstheup vervangen moet worden, hangt af van uw leeftijd en hoeveel u beweegt. Ongeveer 10 van de 100 patiënten (10%) hebben na 20 jaar een nieuwe kunstheup nodig.