Aandoening

Artrose van de heup

Bij artrose van de heup slijt het kraakbeen in uw heupgewricht. Kraakbeen is de gladde laag op het uiteinde van de botten in uw heup. Dankzij dit kraakbeen kunnen uw botten soepel langs elkaar bewegen.

Bij artrose wordt het kraakbeen dunner en minder glad. Daardoor ontstaan klachten zoals:

- Pijn in de lies, bil of bovenbeen.
- Stijfheid van de heup, vooral 's ochtends of na lang stilzitten.
- Moeite met bewegen, lopen of traplopen.

Artrose is een veelvoorkomende aandoening, vooral na het 55e levensjaar. De klachten kunnen per dag verschillen. Veel mensen hebben periodes met weinig klachten en periodes met meer klachten.

Goed om te weten

- Artrose is geen zeldzame ziekte — bij heel veel mensen slijt het kraakbeen in de loop van het leven.
- Artrose is niet hetzelfde als reuma.
- In de meeste gevallen hoeft u niet geopereerd te worden. Veel klachten kunnen goed worden behandeld zonder operatie.

Waardoor ontstaat artrose?

Er is niet één oorzaak voor artrose. Verschillende factoren spelen een rol:

- Leeftijd — kraakbeen slijt met de jaren.
- Overgewicht — extra gewicht belast het gewricht.
- Erfelijkheid — artrose kan in families voorkomen.
- Eerder letsel aan de heup.
- Zwaar lichamelijk werk gedurende lange tijd.

Het goede nieuws is: u kunt zelf invloed uitoefenen op uw klachten.

Onderzoeken

De orthopedisch chirurg luistert naar uw klachten en doet een lichamelijk onderzoek. Ook maken we röntgenfoto's. Uitgebreider onderzoek is alleen nodig als er twijfel bestaat of de klachten wel uit het heupgewricht komen.

Behandelingen

Als u nog niet veel klachten heeft, behandelen we artrose van de heup met medicijnen en fysiotherapie.

De behandeling van artrose gaat stap voor stap. We beginnen altijd met de eenvoudigste aanpak. Pas als dat niet voldoende helpt, gaan we naar de volgende stap. Dit noemen we 'stepped care'.

Heup en artrose; stepped care

De behandeling van artrose van de heup (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/artrose-van-de-heup) gaat stap voor stap. We beginnen altijd met de eenvoudigste aanpak. Pas als dat niet voldoende helpt, gaan we naar de volgende stap. Dit noemen we 'stepped care'. U leest er hier meer over.

https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/heup-en-artrose-stepped-care

Heupprothese operatie

Als u een versleten heup heeft, kan de orthopedisch chirurg een nieuwe heup (heupprothese) plaatsen.

Als het kraakbeen in het heupgewricht erg versleten is, kunnen de gewrichtsvlakken niet meer soepel langs elkaar glijden. Bewegen wordt dan steeds moeilijk en pijnlijker. De kop en kom van de heup kunnen dan vervangen worden door een prothese. Lees ook: Een heupoperatie; wat gaat er gebeuren? (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/heupprothese-operatie-wat-gaat-er-gebeuren)

https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/heupprothese-operatie

Poliklinieken en afdelingen

Orthopedie

Het team van professionals van het specialisme Orthopedie behandelt mensen met problemen aan gewrichten, botten, spieren en pezen.

https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie

Code ORP-117

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis