Aandoening

Slijmbeursontsteking heup (klikkende heup, bursitis subtrochanterica)

Een slijmbeursontsteking van de heup veroorzaakt pijn aan de buitenkant van de heup. Soms hoort of voelt u ook iets klikken in uw heup.

Vanaf de heup lopen er verschillende spieren en pezen naar het been. Als de heup te zwaar belast wordt, kunnen de pezen aan de buitenkant van de heup geïrriteerd raken. De slijmbeurs onder deze pezen kan dan ook geïrriteerd of ontstoken raken.

Onderzoeken

De arts luistert naar uw klachten en doet lichamelijk onderzoek.

De arts laat u de heup buigen en strekken om de beweging van pees en spier te voelen. Ook kijkt de arts naar uw houding en beenlengte. Vaak maken we een röntgenfoto van de heupen om andere oorzaken van de pijn uit te sluiten.

Behandelingen

Een behandeling is alleen nodig als u pijn heeft. Bij een slijmbeursontsteking kunnen een aantal zaken geprobeerd worden om de pijn te verminderen.

- aanpassen van de activiteiten
- vermijden van herhalende bewegingen
- het koelen van de heup met ijs
- rekoefeningen van de betreffende pees

Het innemen van ontstekingsremmende medicijnen is meestal niet zinvol. Soms kan een injectie of fysiotherapie helpen.

Alleen wanneer de bovenstaande behandelingen helemaal geen resultaat hebben, kan een operatie soms een uitkomst bieden. Maar een operatie is zelden nodig.

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-120

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis