

Heeft u last van artrose in uw heup? Deze Consultkaart kan u en uw orthooped 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	U KRIJGT EEN KUNSTHEUP (heupprothese)
Hoe werkt de behandeling?	<ul style="list-style-type: none"> <li>U krijgt adviezen voor het veranderen van uw leefstijl.</li> <li>Het advies kan gaan over actief bewegen en voeding.</li> <li>Een fysiotherapeut of diëtist kan u eventueel begeleiden.</li> <li>U kunt daarnaast eventueel pijnstillers slikken.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>U slikt paracetamol.</li> <li>Helpt de paracetamol niet? Dan kunt u een NSAID slikken. Dit is een pijnstiller en een ontstekingsremmer die u op recept kunt krijgen.</li> <li>Heeft u veel bijwerkingen van de NSAID? Dan kunt u minder NSAID slikken én paracetamol.</li> <li>Helpt de NSAID ook niet? Dan kunt u Tramadol slikken. Dit is een zwaardere pijnstiller die u op recept kunt krijgen.</li> <li>Het kan helpen als u daarnaast uw leefstijl verandert.</li> </ul>	<p><i>In het ziekenhuis</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>U gaat onder narcose of krijgt een ruggenprik.</li> <li>Een orthooped vervangt uw heup door een kunstheup.</li> <li>U moet 2 tot 5 dagen in het ziekenhuis blijven.</li> </ul> <p><i>Als u weer thuis bent</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>U gebruikt 4 tot 5 weken bloedverdunders.</li> <li>U loopt 4 tot 6 weken met krukken.</li> <li>U krijgt 3 tot 6 maanden fysiotherapie.</li> <li>Na ongeveer een half jaar loopt u weer normaal.</li> </ul>
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.	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 beweging kan de pijn óók weer minder worden.	Als de pijn minder wordt, kunt u zich makkelijker bewegen. Door beweging kan de pijn óók weer minder worden. Gaat u intensief bewegen? Dan kan het helpen als u vooraf pijnstillers slikt.	De meeste patiënten kunnen zich makkelijker bewegen. <ul style="list-style-type: none"> <li>Rustige sporten zoals wandelen, zwemmen, golfen en fietsen kunt u veilig doen.</li> <li>Balsporten, zoals basketbal, voetbal en volleybal, of hardlopen kunt u beter niet doen.</li> </ul>
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"> <li>Paracetamol heeft weinig bijwerkingen.</li> <li>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.</li> <li>Tramadol zorgt bij meer dan 10 van de 100 patiënten (&gt;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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Van de patiënten ouder dan 65 jaar krijgen minder dan 3 van de 100 (&lt;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.</li> <li>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.</li> <li>De risico's op complicaties zijn groter wanneer u ouder bent, andere aandoeningen heeft, rookt of te zwaar bent.</li> <li>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.</li> </ul>