

Cliënt informatie

Artritis

Wat is een artritis?

Artritis is de medische term voor gewrichtsontsteking. Eenvoudig gezegd is een gewricht het verbindende element tussen twee of meer beenderen. Het menselijk skelet telt een grote verscheidenheid aan gewrichten.

Bij artritis zijn de gewrichten en het gebied daaromheen pijnlijk, stijf en opgezet. De aandoening kan afhankelijk van de oorzaak op heel verschillende manieren verlopen. Soms blijven de problemen beperkt tot één gewricht, in andere gevallen worden verscheidene gewrichten tegelijk aangetast. Artritis kan zich plotseling of juist heel geleidelijk openbaren. Soms wisselen aanvallen van klachten en perioden zonder klachten elkaar af. In veel gevallen zijn artritisklachten echter langdurig van aard.

In hoeverre iemand met artritis kan blijven functioneren, hangt af van het gewricht dat is aangetast, de ernst van de aandoening en de tijd die is verlopen sinds de eerste klachten.

Wat zijn de oorzaken?

Artritis kan zowel acute (snel opgekomen) als chronische (langzaam opgekomen) oorzaken hebben. Tot de acute oorzaken behoren onder meer letsel aan een gewricht, (door b.v. een val) en infectie van een gewricht. Chronische vormen van artritis zijn bijvoorbeeld reumatoïde artritis, veroorzaakt doordat er antistoffen tegen lichaamseigen eiwitten worden gevormd, of andere reumatische aandoeningen, zoals artropathie bij psoriasis of systemische lupus erythematoses. Soms ontstaat artritis ook in samenhang met slijtage van het kraakbeen in gewrichten (artrose).

Hoe wordt artritis vastgesteld?

Naast uitgebreid lichamelijk onderzoek kunnen verschillende soorten bloedtests en röntgenfoto's nodig zijn om te bepalen om welk type artritis het gaat en welke behandeling daarvoor het meest geschikt is.

Een andere manier om de diagnose te stellen is vloeistof af te tappen uit de gewrichtsholte en die te onderzoeken.

In bepaalde gevallen kan daarnaast een artroscopie nodig zijn, een speciale techniek waarbij een camera in de gewrichtsholte wordt ingebracht om die in alle details te bekijken.

Bij lichamelijk onderzoek valt de typische stijfheid op, die past bij artritis.

Hoe wordt artritis behandeld?

Zoals bij veel aandoeningen is het ook bij artritis zo dat u er zelf veel aan kunt doen, door de juiste regels voor beweging en belasting in acht te nemen. Zeker in het actieve stadium van de artritis is een hele gematigde belasting, in combinatie met veel rustige, ontspannen beweging van belang. Hiervoor is een goed oefenschema van belang dat samen met uw fysiotherapeut kan worden opgesteld.

Verder kan uw fysiotherapeut specifieke middelen inzetten om de pijn te verminderen. In een later stadium zal een wat zwaardere training mogelijk worden, waarbij er ook aandacht is voor het minder stijf maken van het gewricht en de omliggende spieren.

Ter verlichting van de pijn en bestrijding van de ontsteking zal de arts in eerste instantie ontstekingsremmende middelen voorschrijven. Deze middelen kunnen bijwerkingen hebben. Ook



is het vaak mogelijk om door middel van een injectie plaatselijk een gewricht te behandelen met pijnstillende of ontstekingsremmende middelen.

Wanneer conservatieve middelen niet of onvoldoende helpen kan een operatie soms nodig zijn.

Indien u meer wilt weten over artritis kunt u terecht bij de volgende website: <http://www.allaboutarthritis.com>