

Heeft u last van artrose in uw knie? Deze Consultkaart kan u en uw orthopeed helpen om uw mogelijkheden voor behandeling te bespreken. Let op: een kunstknie wordt vaak pas later gekozen, als de andere behandelingen niet of onvoldoende werken. Hoeveel klachten u heeft kan erg veranderen. Soms kan een halve knieprothese of een standcorrectie ook mogelijk zijn. Deze behandelingen worden in deze Consultkaart niet besproken. Vraag eventueel uw orthopeed hiernaar.

BEHANDEL- MOGELIJKHEDEN ➔	UW LEEFSTIJL VERANDEREN	PIJNSTILLERS SLIKKEN	INJECTIES IN UW KNIE	U KRIJGT EEN KUNSTKNIE (knieprothese)
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 Corticosteroïd in uw knie. - Het kan helpen als u daarnaast uw leefstijl verandert. - Een injectie met Hyaluronzuur, bloedplaatjes (PRP) of stamcellen raden wij niet aan. We weten niet goed wat het effect is. 	<p>In het ziekenhuis</p> <ul style="list-style-type: none"> - U gaat onder narcose of krijgt een ruggenprik. - Uw arts vervangt uw knie door een kunstknie. - U blijft 2 tot 5 dagen in het ziekenhuis. <p>Als u weer thuis bent</p> <ul style="list-style-type: none"> - U gebruikt 3 tot 6 weken bloedverdunders. - U loopt 4 tot 6 weken met krukken. - U krijgt 3 tot 6 maanden fysiotherapie. - Na ongeveer een half jaar loopt u weer normaal. - Het totale herstel kan een jaar duren.
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 verminderen de zwelling en de pijn binnen 1 week. 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 83 van de 100 patiënten (83%) dat de pijn minder of veel minder is geworden.
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.	Als de pijn minder wordt, kunt u zich makkelijker bewegen. Door beweging kan de pijn óók weer minder worden.	De meeste patiënten kunnen zich makkelijker bewegen. <ul style="list-style-type: none"> - Rustige sporten zoals wandelen, zwemmen, golfen 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 knie 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"> - Minder dan 1 van de 100 patiënten (1%) krijgt een infectie aan de wond die behandeld moet worden. - Heel soms krijgt een patiënt een infectie aan de kunstknie. Dan is een nieuwe operatie nodig. - Soms laat de kunstknie na een tijdje los. Dan is ook een nieuwe operatie nodig. - 2 van de 100 patiënten (2%) krijgen bloedstolsels in het been. - De risico's op complicaties zijn groter als u andere aandoeningen heeft, rookt of te zwaar bent. - De kans dat de kunstknie vervangen moet worden, hangt af van uw leeftijd en hoeveel u beweegt. Over het algemeen moet een kunstknie na 15 tot 20 jaar vervangen worden.