

## **Slijtage – artrose van de enkel (achtervoet)**

### **Beschrijving:**

#### ***Wat is artrose van de enkel?***

Artrose is slijtage van het kraakbeen in gewrichten. Een gewricht is een plek waar twee of meer botten samenkomen en waar bewegen mogelijk is, bijvoorbeeld de enkel of de knie. De uiteinden van de botten in het gewricht zijn bedekt met een laagje glad weefsel: het kraakbeen. Door het kraakbeen kunnen de botten soepel langs elkaar bewegen.



*Artrose tast het kraakbeen in het gewricht aan*

Bij enkelartrose is er sprake van slijtage van het kraakbeen in het enkelgewricht. Slijtage is normaal bij het ouder worden, maar bij artrose is de slijtage aan het kraakbeen overmatig. Het gladde oppervlak wordt dun, brokkelig of het kraakbeen verdwijnt helemaal. Hierdoor komt er steeds meer wrijving tussen de botten en dat doet pijn. Het lichaam kan de slijtage niet meer repareren.

Als de artrose erger wordt, kunnen aan de randen van het gewricht ook botuitstulpingen ontstaan, deze heten osteofyten. Die maken het bewegen extra moeilijk en pijnlijk. De enkel kan er ook dik van worden.

#### ***Oorzaken van slijtage van de enkel***

Er zijn globaal drie oorzaken:

- Enkelletsel
- Ontsteking
- Onbekende oorzaak

### ***Klachten van slijtage van de enkel***

Artrose van de enkel is vaak veel minder pijnlijk dan artrose van de knie of heup. Het verschilt erg per persoon hoeveel last je hebt van enkelartrose en hoe snel het verergert. Het is erg belangrijk de behandeling af te stemmen op de situatie en klachten.

### ***Diagnose van slijtage van de enkel***

Artrose van de enkel kan het best herkend worden door een röntgenfoto te maken van de enkel. Het enkelgewricht (bovenste spronggewricht) zit vlakbij het onderste spronggewricht (het gewricht tussen het hielbeen en het sprongbeen). Met een röntgenfoto is meestal goed te zien of er slijtage in één of beide gewrichten aanwezig is. Soms is het nodig om een scan te maken.

### ***Behandelmogelijkheden van slijtage van de enkel***

Er wordt altijd eerst geprobeerd de klachten te verhelpen met een niet-operatieve behandeling. Er zijn verschillende soorten behandelingen mogelijk voor artrose. Welke behandeling voor u het beste is hangt af van het type, de ernst en de mate van artrose.