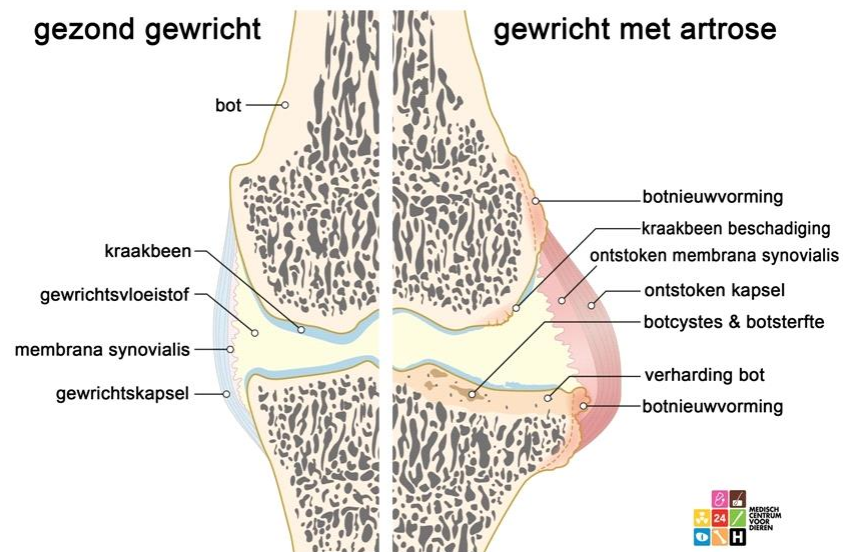


Artrose

Wat is artrose?

Artrose is een ander woordt voor gewrichtsslijtage. Een gewricht bestaat uit twee botten die ten opzichte van elkaar kunnen bewegen. De botuiteinden zijn bekleed met kraakbeen en worden omgeven door een kapsel dat gewrichtsvloeistof produceert. Hierdoor kunnen botdelen normaal gesproken soepel over elkaar glijden.

Bij artrose is er slijtage van het gewrichtskraakbeen, waardoor de botten tijdens beweging over elkaar gaan schuren, hetgeen pijn veroorzaakt. Door de irritatie en een overgevoelighedsreactie van het eigen lichaam zal het gewricht bovendien gaan ontsteken. Hierbij verdikt het gewrichtskapsel en wordt er meer vloeistof geproduceerd, waardoor het gewricht overvuld raakt.



De ontstekingsreactie zorgt voor een verergering van de pijn bij artrose. Tenslotte zal er vaak ook extra botvorming optreden, vooral op plaatsen waar het gewrichtskapsel op het bot aanhecht. Hierdoor raakt het gewricht verbreed en wordt het steeds meer in zijn bewegingsvrijheid beperkt.

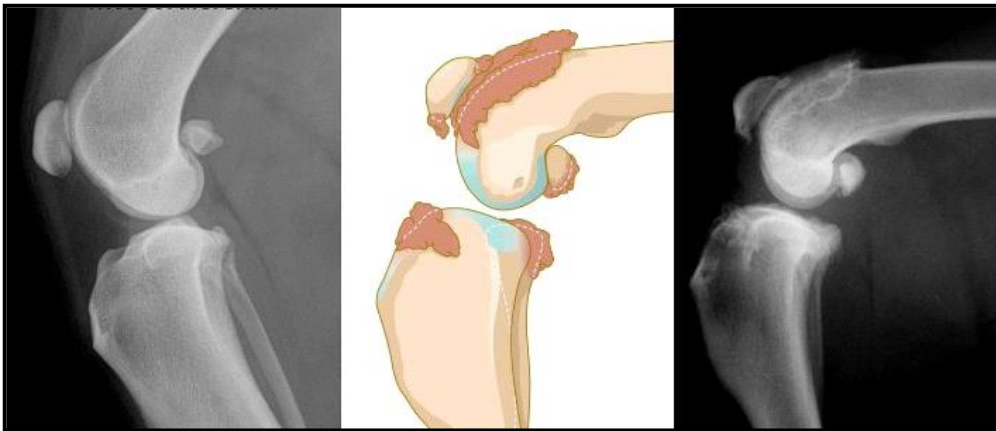
Artrose kan voorkomen in alle gewrichten, maar wordt bij honden en katten het vaakst gezien in de ellebogen, heupen en knieën. Slijtage ontstaat door beschadiging, ontsteking en/of overbelasting van gewrichten. Hieronder staan de belangrijkste oorzaken hiervan op een rij.

- Overbelasting kan bij oudere dieren het gevolg zijn van jarenlange normale beweging. Van katten is bekend dat boven de leeftijd van 12 jaar bijna 100% van de dieren een bepaalde mate van artrose heeft.
- Overbelasting kan al op jonge leeftijd ontstaan als sprake is van overgewicht of

overmatige activiteit (bijv. veel springen, traplopen, hard stoppen of kort draaien).

- aangeboren afwijkingen of ontwikkelingsstoornissen kunnen leiden tot beschadiging, instabiliteit of een verkeerde belasting van de gewrichten:
 - Heupdysplasie: slechte aansluiting van de heupkop en -kom
 - Elleboogdysplasie: los stukje bot of kraakbeen in de elleboog (LPA, LPC of OCD) of ongelijke groei van de botten waardoor deze niet goed op elkaar passen
 - Osteochondrose: afwijkende kraakbeenontwikkeling waardoor een stukje in het schouder- of ellebooggewricht kan afbreken
 - Patellaluxatie: te losse knieschijf
 - Voorste kruisband laesie: afscheuren van vezeltjes van de kruisband in de knie
- Gewrichtsbeschadiging kan ook ontstaan door trauma, zoals een val of een aanrijding.
- Gewrichtsontsteking kan soms worden veroorzaakt door een infectie (bijv. Leishmania) of een auto-immuunziekte (zoals reuma of systemische lupus erythematosus).

Artrose wordt dus door een bepaalde oorzaak in het gewricht op gang gebracht. Zodra de slijtage eenmaal gaande is, houdt dit proces zichzelf helaas in stand. Het dier komt dan in een vicieuze cirkel terecht, waarbij de schade en ontsteking in de gewrichten steeds erger worden en het dier hier met de tijd meer pijn aan gaat hebben.



Hoe herken ik of mijn huisdier mogelijk artrose heeft?

Bij honden is startkreupelheid het meest typische kenmerk van artrose. Dit uit zich door moeilijker/langzamer opstaan en daarna soms even stram of mank lopen. Dit verbetert of verdwijnt vaak na "even warm te hebben gelopen". De klachten zijn vooral zichtbaar nadat de hond een tijd in de mand heeft gelegen (bijv. 's morgens vroeg) en zijn mogelijk erger als hij/zij zich daarvoor meer dan normaal heeft ingespannen (bijv. de dag na een boswandeling). Ook kan het opvallen dat de hond minder uithoudingsvermogen krijgt, minder wil spelen of meer moeite krijgt met traplopen of in de auto springen.

Bij katten is artrose vaak lastiger te herkennen, omdat het traag op gang komen lastiger te zien is en ook een verminderde activiteit minder opvalt. Katten passen hun bewegingspatroon erg subtiel aan: bij goed opletten blijkt dat deze katten soms wat langer of vaker liggen, minder spelen, minder springen (of met een tussenstap, zoals via de bank op de vensterbank) en dat ze minder naar buiten gaan of minder prooi naar huis brengen. Hoewel artrose bij katten dus helemaal niet opvallend is, hebben veel oudere dieren er wel degelijk last van en zouden we hun levenskwaliteit kunnen verbeteren door de gewrichten wat te ondersteunen.

Diagnostiek

Als uw hond of kat mogelijk last heeft van artrose zal er als eerste een orthopedisch onderzoek worden gedaan. De gewrichten worden dan onderzocht om een inschatting te maken waar het probleem zit. De dierenarts voelt hierbij naar verbreding of zwelling van de gewrichten, warmte en pijnlijkheid, abnormale bewegingsmogelijkheden en crepitatie (schuren/kraken). Zodra is vastgesteld welke gewrichten betrokken zijn, worden er vaak röntgenfoto's gemaakt om verder te onderzoeken wat het probleem is. Vanwege de pijnlijkheid en voor een goede positionering zal uw dier hiervoor meestal een lichte sedatie krijgen. Röntgenfoto's zijn de enige manier om vast te stellen of er daadwerkelijk sprake is van artrose. In dat geval is er in meer of mindere mate extra botvorming te zien in de gewrichten. Ook kunnen op de foto's andere oorzaken voor kreupelheid worden uitgesloten (bijv. botinfecties of tumoren), wordt er gekeken naar een eventuele onderliggende oorzaak voor de artrose (zoals heup- of elleboogdysplasie) en kan de mate van artrose worden vastgesteld. Als er röntgenfoto's van uw dier zijn gemaakt krijgt worden deze altijd op dezelfde dag met u besproken. Vaak worden de foto's vervolgens ook nog door een orthopeed beoordeeld en krijgt u binnen een week de definitieve uitslag hiervan. In sommige gevallen zal de orthopeed adviseren om nog verder onderzoek te laten doen, zoals een CT-scan of artroscopie (kijkoperatie) wanneer er mogelijk losse kraakbeenstukjes in het gewricht aanwezig zijn of een punctie van de gewrichtsvloeistof bij verdenking op een infectie of reumatische aandoening.

Sommige honden en katten hebben een verhoogde kans op gewrichtsproblemen. Alle pups en kittens die bij ons gevaccineerd zijn, zijn op een half jaar leeftijd welkom voor een gratis controle bij de assistente, waarbij we ook de gewrichten zullen navoelen. Bij grote hondenrassen letten we hierbij vooral op de heupen en ellebogen. Bij kleinere hondenrassen en grote kattenrassen voelen we of er sprake is van te losse knieschijven. Voor sommige rassen adviseren wij om op zeven á acht maanden leeftijd ook nog een orthopedisch onderzoek door de dierenarts te laten doen en eventueel röntgenfoto's te maken. De reden hiervoor is dat ontwikkelingsstoornissen van de gewrichten op jonge leeftijd nog veel beter te behandelen zijn, omdat er dan nog weinig artrose in de gewrichten is ontstaan. Wanneer het slijtageproces eenmaal is begonnen, dan zal dit helaas in de toekomst vrijwel altijd verergeren.

Therapie

Artrose die eenmaal is ontstaan zal helaas niet meer verdwijnen en in de toekomst vaak erger worden, doordat het proces van gewrichtsslijtage zichzelf in stand houdt. Wel kan de neerwaartste spiraal aanzienlijk worden geremd en kunnen de pijnklachten flink worden verminderd. De aanpak van artrose bestaat uit meerdere facetten en het verschilt per dier wat de beste behandeling is. Dit is afhankelijk van de oorzaak van de artrose, de ernst van de klachten, de leeftijd van het dier en uiteraard ook uw financiële middelen moeten worden meegewogen bij het kiezen van een therapie. Hieronder hebben wij de verschillende mogelijkheden voor u op een rijtje gezet. De dierenarts kan met u bespreken wat voor uw hond of kat de beste aanpak van de artrose zou zijn.

Onderliggende oorzaak behandelen

Er is altijd sprake van een onderliggende oorzaak van de artrose en het is belangrijk om deze te behandelen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan losse botstukjes in de gewrichten die door middel van een kijkoperatie verwijderd kunnen worden. Bij tijdig ingrijpen zal deze ingreep de artrosevorming sterk verminderen! In een later stadium - wanneer er al veel artrose gevormd is - dan is het wegnemen van de oorzaak helaas niet altijd zinvol meer. In deze gevallen zullen wij daarom altijd met een orthopeed overleggen.

Optimaal lichaamsgewicht

Uit onderzoek is gebleken dat overgewicht een belangrijke factor is bij gewrichtproblemen. Als uw dier overgewicht heeft, heeft hij of zij door jarenlange overbelasting van de gewrichten meer kans om artrose te ontwikkelen. En als er eenmaal artrose is, dan zal het gewricht bij een dier met overgewicht ook veel sneller slijten en pijnlijker zijn. Dit komt niet alleen door de hogere belasting van de gewrichten, maar ook worden in het vetweefsel stoffen geproduceerd die de gewrichtsontsteking en kraakbeenafbraak direct verergeren. Gemiddeld worden honden met artrose twee jaar eerder ingeslapen als zij daarnaast ook overgewicht hebben. Het bereiken of behouden van een gezond gewicht is daarom een belangrijk onderdeel van het behandelplan. Om af te vallen moet de opname van de energie verminderd worden en moet het verbruik toenemen. Kort gezegd komt dit neer op minder eten en meer bewegen. Door zowel het overgewicht als de artrose zullen de dieren van nature echter minder willen bewegen, wat het afvallen moeilijker kan maken. Een speciaal afvaldieet kan hierbij helpen en op de praktijk kunnen wij u ook begeleiding aanbieden. Het blijkt dat wanneer het overgewicht verminderd wordt, de klachten vaak duidelijk afnemen en dieren hierdoor soms ook minder medicatie meer nodig hebben.

Bewegingsregime

Aangepaste beweging is onderdeel van vrijwel elk behandelplan van honden met artrose, want hoe meer een ontstoken gewricht wordt belast, des te erger de ontsteking zal worden. In de beginfase of in een slechtere periode met ernstige kreupelheid kan het advies zijn om uw hond meerdere malen per dag slechts enkele minuten aan de lijn uit te laten. Pas als de kreupelheid met behulp van rust en medicatie is verdwenen, kan de beweging langzaam worden opgevoerd. Het is voor de dierenarts aan de behandelafel moeilijk in te schatten hoeveel uw hond precies nog mag lopen. De mate van klachten de avond of dag na een wandeling is bepalend: wanneer uw hond hierna strammer de mand uit komt of weer (meer) kreupel loopt, dan zijn de gewrichten overbelast geweest en is het belangrijk om voortaan een stap terug te doen. Op deze manier kunt u als eigenaar samen met de artrose assistente het beste inschatten hoeveel uw hond aankan.

In het algemeen is regelmatige en gecontroleerde beweging het beste voor dieren met artrose: liever meerdere keren per dag een korte ronde dan één keer een lange wandeling en daarbij zoveel mogelijk rechtlijnig bewegen (zoals wandelen of rustig fietsen aan de lijn) en zo min mogelijk traplopen, (in de auto) springen, snel optrekken en remmen of korte draaien maken. Deze bewegingen geven namelijk een hoge piekbelasting voor de gewrichten. Aan de andere kant is het wel belangrijk om dieren met artrose voldoende in beweging te houden. "Stilstaan is achteruitgang" wordt ook wel gezegd. Het behoud en versterken van spieren zorgt namelijk voor ontlasting van de gewrichten. Zwemmen is daarom een ideale manier van bewegen, omdat hierbij de gewrichten bewogen worden zonder dat er veel gewicht op de poten rust. Als uw hond erg van apporteren houdt, dan zou u dit bijvoorbeeld ook in het water kunnen doen (mits hij/zij daar rustig het water in en uit kan lopen). Dit is relatief minder belastend en het is natuurlijk belangrijk dat uw hond ook nog leuke dingen mag doen. Artrose betekent dus niet dat uw hond nóóit meer mag spelen, maar andere vormen van beweging zijn wel veel beter voor de gewrichten. Het doel is dus om te proberen een goede balans te vinden.

Voor katten is het een stuk lastiger om het bewegingspatroon aan te passen. Voor hen is het vooral belangrijk om piekbelastingen (zoals snelle draaien) niet te stimuleren en u zou bijvoorbeeld krab- of ligplekken kunnen creëren waarvoor de kat niet eerst ergens op hoeft te springen.

Aangepaste voeding en voedingssupplementen

Er bestaan verschillende supplementen die het kraakbeen ondersteunen, de gewrichtsvloeistof verbeteren en/of ontstekingen kunnen verminderen. In het Hills j/d en Purina Joint Mobility dieet zitten deze stoffen al in kleine hoeveelheden in een complete voeding verwerkt. Eventueel is er van deze diëten ook een variant met minder calorieën beschikbaar voor als uw dier ook moet afvallen. Het advies is om extra supplementen aan de voeding toe te voegen.

Hieronder vindt u een overzicht van de belangrijkste stoffen die hierin zitten:

Omega 3 vetzuren uit visolie hebben een ontstekingsremmend effect in het lichaam en verminderen daardoor indirect ook de pijn en verdere slijtage van het kraakbeen.

Glucosamine en chondroïtine zijn bouwstenen van gezond kraakbeen die aan het dieet kunnen worden toegevoegd.

Hyaluronzuur is een glucosaminoglycaan, het hoofdbestanddeel van gewrichtsvloeistof. Het houdt water vast, waardoor een soort gelei ontstaat wat een smerende en dempende werking heeft in het gewricht. Het kan als supplement worden toegediend, maar op specialistische klinieken eventueel ook direct in het gewricht worden gespoten.

Wanneer u uw hond of kat een voedingssupplement gaat geven, is het belangrijk om de juiste middelen te kiezen. Niet alle producten bevatten namelijk een voldoende hoge concentratie van de werkzame stoffen of ze bevinden zich in een vorm die niet door de darmen kan worden opgenomen (zoals vaak het geval is met humane middelen). Voor het speciale dieet geldt dat het ongeveer een maand duurt voordat de stoffen effect zullen hebben. Bij de flexadin (zie hieronder) wordt na twee weken effect gezien, en na zes weken het optimale effect bereikt. Als uw dier al duidelijk kreupelheid laat zien dan is een voedingssupplement alleen vaak niet voldoende om de klachten weg te nemen, maar het kan ondersteunend zeker een waardevolle aanvulling zijn.

Flexadin

Flexadin adb is een aanvullend voedingssupplement voor honden. Het bevat verschillende stoffen (waaronder glucosamine, chondroïtine en omega 3 vetzuren) om de gewrichten optimaal te ondersteunen en daarnaast zorgt duivelsklauw voor een natuurlijke pijnstilling. Het meest bijzondere aan dit supplement is de toevoeging van UC-II, wat lijkt op een stofje dat vrijkomt bij gewrichtsschade. Normaal komt het lichaam niet in contact met dit stofje, waardoor het als "lichaamsvreemd" wordt gezien en er door het afweersysteem een soort overgevoeligheidsreactie wordt opgewekt (een beetje vergelijkbaar met een allergie). Door het toedienen van UC-II raakt het lichaam in één tot twee maanden langzaam aan de prikkel gewend en dooft de felle reactie van het lichaam uit. Bij veel honden zien we dat de artroseklachten duidelijk minder zijn zolang we de UC-II blijven toedienen, doordat ontstekingen in de gewrichten zoveel mogelijk worden voorkómen. De boswellia serrata beïnvloedt de ontstekingscascade door een remming van de productie van leukotriënen. Dit zorgt er voor dat er minder ontstekingsreactie plaats vindt, en hierdoor voorkomen we meer kraakbeenschade. Bij dieren met een geringe stramheid is de Flexadin vaak al voldoende om te gebruiken (naast een gezond gewicht en aangepaste beweging) en zijn er geen echte pijnstillers nodig. Combinatie met een speciaal dieet kan het effect van de Flexadin nog verder versterken.



Bij honden met duidelijke kreupelheid kan de Flexadin ervoor zorgen dat veel minder medicatie nodig is (na zes weken kan er gestart worden met het afbouwen van de pijnstillers) of dat de pijn beter wordt onderdrukt, maar is het middel op zichzelf meestal niet meer voldoende om de klachten echt onder controle te krijgen.

NSAID's

NSAID's zijn medicijnen die een ontstekingsremmend en pijnstillend effect hebben. Honden en katten die door de artrose duidelijk kreupel lopen hebben hier over het algemeen veel baat bij. We hebben niet altijd goed door dat dieren pijn hebben ten gevolge van hun artrose omdat ze maar zelden zullen janken. Het stramme opstaan of mank lopen is meestal echter wel degelijk een uiting van pijn: het dier probeert de poot namelijk te ontzien om minder pijn te hebben en zal daardoor een andere poot meer gaan belasten. Soms kan een hond pijn ook enkel laten zien doordat hij korter wil wandelen of minder wil spelen. Bij katten zien we vaak alleen maar dat ze wat meer slapen, minder springen of wat chagrijniger zijn. In tegenstelling tot wat soms gedacht wordt, is dit niet normaal voor oudere dieren. Als we twifelen of een dier pijn heeft, besluiten we vaak om eens twee weken pijnstillers uit te proberen. Regelmatig horen we dan dat het dier ineens weer jaren jonger lijkt! Naast het pijnstillende effect is ook de ontstekingsremmende werking van NSAID's erg belangrijk. De ontsteking leidt namelijk tot meer gewrichtsslijtage en met dit medicijn kunnen we dat proces dus vertragen. Om die reden is het belangrijk om de NSAID's dagelijks toe te dienen, ook op dagen dat uw hond of kat minder pijn lijkt te hebben. Omdat elk medicijn ook bijwerkingen kan geven, willen we het gebruik hiervan natuurlijk wel zoveel mogelijk tot een minimum beperken. Om deze reden bestaat de behandeling van artrose eigenlijk altijd uit meerdere facetten van het "artroseregime". Door een gezond gewicht, goed bewegingspatroon en de combinatie met Flexadin en/of andere voedingssupplementen hebben we een zo laag mogelijke dosering medicatie nodig om de pijn te verminderen. Als de kreupelheid - als gevolg van de pijn - eenmaal onder controle is, kunnen we ook proberen om de dagelijkse dosis NSAID's te gaan verlagen tot een onderhoudsniveau. Wanneer uw dier last krijgt van bijwerkingen, zoals een slechte eetlust, braken of diarree, dan is het noodzakelijk om de medicatie (tijdelijk) te stoppen. Samen zullen we dan zoeken naar een andere oplossing om de artrose toch zo optimaal als mogelijk te kunnen behandelen.

NSAID's zijn verkrijgbaar als smakelijke tabletten of vloeistof. Voor honden is eventueel ook een tablet beschikbaar die slechts één keer per maand hoeft te worden gegeven.

Aanvullende pijnstilling

In een vergevorderd stadium kan het voorkomen dat voedingssupplementen en NSAID's onvoldoende effectief meer zijn om de gewrichtspijn te onderdrukken. In deze gevallen kunnen we ervoor kiezen om de levenskwaliteit te verhogen door extra pijnstillers toe te dienen. Hierbij worden meestal opiaten ingezet, zoals tramadol. Andere mogelijkheden zijn gabapentine of amantadine, die specifiek werken tegen mogelijke zenuwpijn ten gevolge van de artrose.

Fysiotherapie/artrose programma

Een dierfysiotherapeut kan soms helpen om gewrichtsklachten te verminderen door passieve bewegingen of massages uit te voeren en door samen met u een optimaal bewegingsplan op te stellen. Sommige dierfysiotherapeuten bieden ook hydrotherapie aan, een behandeling waarbij de hond in water op een loopband loopt. Door de weinig belastende bewegingen worden de gewrichten soepel gehouden en tegelijkertijd de spieren getraind.

Wij hebben onze paraveterinair opgeleid om de begeleiding van artrose patienten op te pakken. Zij zullen samen met u kijken welke bewegingen en oefeningen de patiënt het meest baat bij heeft. Zij zullen u leren om bepaalde massage technieken toe te passen om bepaalde gebieden soepeler te maken. Daarbij zal de toestand van de hond steeds opnieuw geëvalueerd worden, het gewicht gecontroleerd, de dosering pijnstillers besproken en desnoods aangepast worden.

Ondersteunende maatregelen

Er zijn verschillende dingen mogelijk om de gewrichten met artrose zoveel mogelijk te ontzien. Hieronder hebben wij er een paar voor u op een rijtje gezet:

- Een orthopedisch kussen (gevuld met traagschuim) in de mand leggen, zodat uw hond zo comfortabel mogelijk kan liggen
- Bij koud weer een hondenjas aandoen, omdat kou de gewrichtsstijfheid kan verergeren
- Als uw hond te zwaar is om in en uit de auto te tillen kunt u een loopplank met anti-sliplaag gebruiken om te voorkomen dat uw dier steeds moet springen
- Speciale braces kunnen worden aangemeten om aangetaste gewrichten zoveel mogelijk te ontlasten tijdens de beweging

Operatie

Artrose is helaas niet operatief te behandelen als dit eenmaal is ontstaan. Alleen in uiterste gevallen kan een gewricht worden “vastgezet” of kan een kunstgewricht nog uitkomst bieden. Deze ingreep wordt vooral uitgevoerd voor de heupen, met overige gewrichten is bij dieren nog relatief weinig ervaring.

Gespecialiseerde zorg

Voor specifieke artrosebehandelingen kunnen wij u doorsturen naar een orthopeed. Deze kan bijvoorbeeld injecties in het gewricht geven om de ontsteking te remmen en/of de gewrichtsvloeistof te verbeteren. Sinds een aantal jaar behoort ook toediening van groeifactoren en stamceltherapie tot de mogelijkheden bij sommige specialistische centra.

Prognose en preventie

Zoals u hebt gelezen zal eenmaal opgetreden artrose – helaas – altijd blijven bestaan, omdat kaakbeen erg slecht herstelt en botwoekeringen niet meer kunnen verdwijnen. De ontstekingen in de gewrichten zullen het proces van gewrichtsslijtage vervolgens in stand houden, waardoor de artrose in de tijd meestal zal verergeren. Om deze redenen is het erg belangrijk om al in een vroeg stadium de vicieuze cirkel te doorbreken en het proces zoveel mogelijk af te remmen. In overleg zullen we bekijken wat voor uw hond of kat de beste opties zijn en zullen we het behandelplan al naar gelang de klachten steeds zo goed mogelijk bijstellen. Met goede zorg kunnen gelukkig bijna alle dieren nog een goede kwaliteit van leven terugkrijgen!