

Enthesitis

Wat is enthesitis?

Enthesitis is een ontsteking op de plaats waar een of meer pezen aan het bot vastzitten. Het komt vooral voor bij mensen boven de 30 jaar. Als de pees zelf ook ontstoken raakt, spreken we van tendinitis.

Hoe ontstaat enthesitis?

Enthesitis krijg je meestal door overbelasting. Je belast je gewricht te lang of te zwaar. Het komt ook voor dat je al een andere reumatische aandoening hebt en dat enthesitis daarvan een bijkomende klacht is.

Welke klachten heb je bij enthesitis?

Enthesitis komt vooral voor rond je schouder, je elleboog en je knie.

Enthesitis merk je vooral aan pijn en stijfheid rondom een gewricht. Soms is de plek ook gezwollen of voelt het warm aan. Het bewegen van het lichaamsdeel waar de ontsteking zit, doet vaak pijn. Soms heb je last van uitstralende pijn, dat wil zeggen dat het pijnlijke gebied groter is dan alleen de plek waar de ontsteking zit.

Peesschede

De peesschede is het omhulsel waar de pezen doorheen lopen.

Als ook je peesschede ontstoken raakt, kraken de pezen meestal en doen deze pijn.

Hoe wordt de diagnose enthesitis gesteld?

Je arts stelt de diagnose meestal op basis van je klachten en het lichamelijk onderzoek.

Je arts zal je vragen hoe je klachten zijn ontstaan, sinds wanneer ze zijn ontstaan en hoe het verloop van de klachten is. Daarna onderzoekt je arts de pijnlijke plekken.

Andere oorzaken uitsluiten

Je arts doet soms ook bloedonderzoek en ander aanvullend onderzoek. Zoals het maken van röntgenfoto's. Je arts zal dat doen als hij zeker wil weten dat andere reumatische aandoeningen niet de oorzaak van je klachten zijn.

Hoe verloopt enthesitis?

Meestal is enthesitis tijdelijk. Met de juiste maatregelen en behandeling herstel je volledig van enthesitis. Het is belangrijk dat je overbelasting van het betreffende gewricht probeert te voorkomen, ook in de toekomst.

Welke behandelingen kunnen je helpen?

Enthesitis is goed te behandelen. De behandeling is afhankelijk van de plek waar de ontsteking in je lichaam zit. Je arts schrijft meestal een combinatie voor van rust, ontstekingsremmende pijnstillers en oefen- of fysiotherapie.

Medicijnen

Enthesitis is pijnlijk. Tegen de pijn krijg je meestal een ontstekingsremmende pijnstiller (NSAID), soms samen met paracetamol.

[Lees meer over NSAID's](#)

Behandelaars

Voor de behandeling van enthesitis kom je meestal bij je huisarts of de reumatoloog. Dit is afhankelijk van de ernst en de oorzaak van je klachten.

Ook krijg je soms een verwijzing voor de fysio- of oefentherapeut.

[Lees meer over verschillende behandelaars](#)

Aanvullende behandelingen

Er bestaan veel soorten alternatieve behandelingen. Soms merken mensen met een reumatische aandoening hiervan een positief effect. Overleg altijd eerst met je arts voordat je met een alternatieve behandeling begint omdat die bijwerkingen kan geven of een wisselwerking kan hebben met de

medicijnen die je gebruikt.

Lees meer over alternatieve behandelingen

Meer informatie

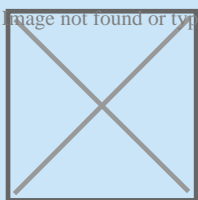
Heb je vragen? Stel deze aan je huisarts of reumatoloog.

Wil je weten waar je in het dagelijks leven tegenaan kunt lopen en hoe je daarmee om kan gaan als je deze aandoening hebt?

Lees meer over leven met reuma

Heb je niet de informatie gevonden die je zocht?

Kijk bij de veelgestelde vragen over reuma



De medische informatie op deze site wordt samengesteld en actueel gehouden door ReumaNederland, de Nederlandse Vereniging voor Reumatologie (NVR), de Nederlandse Orthopaedische Vereniging (NOV) en de Nederlandse Health Professionals Reumatologie (NHPR).