








# Patiënt info: Heup Impingement (FAI)

Jan Yperman Ziekenhuis • Briekestraat 12 • 8900 Ieper •  
[www.yperman.net](http://www.yperman.net) • 057 35 35 35  
[info@yperman.net](mailto:info@yperman.net) •     

59.029N • 20180524  
Diensthoofd  
orthopedie-traumatologie

## WAT IS HEUP IMPINGEMENT ?

Heup impingement is een frequente oorzaak van heuppijn. In medische termen spreekt men van Femoro Acetabulaire Impingement of afgekort: FAI. In het Latijn betekent bovenbeen Femur; de kom van de heup in het bekken noemt Acetabulum. Impingement is een woord geleend uit het Engels: het betekent "inklemming, botsing, wrijving".

Bij FAI of Heupimpingement is de normale beweeglijkheid in het heupgewricht gestoord door een mechanische oorzaak.

## LANGE TERMIJN GEVOLGEN

Hoe uitgebreider de mechanische belemmering is, en hoe hoger de krachtinwerking op het gewricht is, des te vroeger wordt het heupgewricht beschadigd. Op termijn ontstaat pijn en bewegingsbeperking. Uiteindelijk evolueert FAI naar een heup artrose. Vaak eindigt dit dan met een heupprothese.

## WELKE SYMPTOMEN KUNNEN OPTREDEN ?

Heup impingement komt vooral voor bij mensen tussen 15 en 50 jaar, in het bijzonder bij zeer actieve sporters. Het komt in bepaalde families meer voor. Bepaalde sporten geven meer aanleiding tot FAI. Het gaat meestal om impactsporten: voetbal, rugby, karate, (ijs-)hockey, ...

De pijn wordt gevoeld in de lies of in het bovenbeen, soms meer achteraan het heupgewricht.

Bergop wandelen of trappen doen kunnen de pijn opwekken of verergeren. Bepaalde draaibewegingen of diep plooiën in de heup kunnen pijnlijk zijn. Vaak wordt de oorzaak van deze pijn gelegd bij de spieren rondom het gewricht of het lieskanaal.

## VERLIES AAN BEWEEGLIJKHEID

Sporters kunnen hun pijn vaak goed verbijten. Nochtans blijkt bij navraag vaak dat er al op jonge leeftijd sprake was van een vrij stijf heupgewricht. Vooral het naar binnen draaien in de heup is vroeg beperkt!

## HOE HERKENT MEN FAI ?

Bij het onderzoek door uw arts is de heup impingement test positief: pijn wordt opgewekt bij het draaien en plooiën van het heupgewricht.

Een goede RX-opname van het bekken en de heup toont een beenderige afwijking in het heupgewricht.

## NMR scan – Biochemische NMR

De NMR-scan is een ideaal onderzoek om de weke delen in en rondom het heupgewricht te beoordelen. Bij dit onderzoek worden geen RX-stralen gebruikt. Het heupkapsel, de gewrichtsbanden, het labrum (de joint tussen de bol en de pan) en het kraakbeen kunnen hierbij beter onderzocht worden. In het Jan Yperman Ziekenhuis kan eveneens een zgn Biochemische NMR verricht worden. Bij dit onderzoek wordt de kwaliteit van het kraakbeen zeer nauwkeurig bepaald. Zeer vroegtijdige kraakbeenbeschadiging en artrose kunnen hierdoor opgespoord worden, en dit lang vooraleer dit zichtbaar wordt op de klassieke RX en scans.

Bij FAI is het belangrijk dat bij deze NMR-scans contraststof wordt gebruikt om voldoende nauwkeurigheid te verkrijgen.

## LIJD IK AAN ARTHROSE WANNEER IK FAI HEB ?

Artrose is de aandoening waarbij het kraakbeen van het gewricht verwoest is. In het beginstadium van heupimpingement is er nog geen kraakbeenverlies. Wel treedt er geleidelijk een beschadiging op van het kraakbeen, eerst aan de randen van de pan, en geleidelijk verder toenemend. Uiteindelijk leidt FAI wel tot artrose. FAI is een frequente oorzaak van vroegtijdige artrose van het heupgewricht.

## KAN FAI MET MEDICATIE OF KINESITHERAPIE BEHANDELD WORDEN?

Medicatie kan de pijn en de ontsteking in het heupgewricht remmen, maar kan niets veranderen aan het mechanische probleem.

Kinesitherapie kan weinig baat brengen: wanneer men tracht de beweeglijkheid in het gewricht te verbeteren, leidt dit tot een verergering van het impingement probleem, en dus uiteindelijk ook tot een verdere kraakbeenbeschadiging.

Wanneer de pijnklachten meer op de voorgrond treden is een definitieve chirurgische behandeling meer aangewezen.

## DE BEHANDELING VAN HEUPIMPINGEMENT / FAI

De behandeling van FAI is chirurgisch. In het Jan Yperman ziekenhuis wordt deze behandeling dmv een arthroscopische techniek toegepast. Via arthroscopie of zgn “kijkoperatie” wordt een camera in het gewricht gebracht. De chirurg gaat dan via microchirurgische techniek binnenin het gewricht het mechanische probleem verhelpen. Eveneens worden letsels aan het kraakbeen behandeld, en wordt het labrum (de “joint”) hersteld. De techniek laat toe om met minimale nevenwerkingen een definitieve oplossing te bereiken. Het succes hangt af van het stadium waarin de ingreep wordt uitgevoerd. Hoe beperkter de vooraf bestaande kraakbeenbeschadiging, hoe hoger het succes.

Wanneer het heupgewricht volledig verwoest is, dient een heup prothese geplaatst te worden. Bij jonge mensen zal dit in principe een beensparende ingreep zijn met het plaatsen van een zgn “Resurfacing”. Bij deze prothese wordt enkel het laagje kraakbeen van de pan en de heupkop vervangen door een laag metaal.

Meer info vindt u op onze website: [www.orthopedie-yperman.be](http://www.orthopedie-yperman.be)

LOCOMOTORISCH CENTRUM **057 35 73 70**

RAADPLEGINGEN LOCOMOTORISCH CENTRUM  
*ROUTE 59*