

over de verschillende afwijkingen staan en besteden we waar nodig aandacht aan wet- en regelgeving en andere voorkomende onderwerpen. Op het ledendeel van de website verzamelen we ook praktische tips die tijdens een behandeling van pas kunnen komen.

Vier keer per jaar verschijnt ons blad Heupge(w)richt waarin we ervaringsverhalen combineren met nieuws uit de medische wereld, oproepjes en tips.

Jaarlijks organiseren we een aantal bijeenkomsten waarbij onder andere informatievoorziening (lezingen van bijvoorbeeld artsen) en lotgenotencontact centraal staan. Naast de bijeenkomsten hebben we een aantal aandoeningsgerelateerde besloten Facebookgroepen waarin mensen hun verhaal kwijt kunnen en vragen kunnen stellen aan lotgenoten. In de groepen worden ook veel praktische tips gedeeld.

Ouders van een kindje in een spreidbroek of gipsbroek kunnen bij ons een draagzak huren zodat ze ook op pad kunnen zonder dat het nodig is een wandelwagen of buggy aan te passen.

► Leden

Lidmaatschap van de VAH houdt in:

- advies op maat;
- toegang tot de Algemene Ledenvergadering;
- jaarlijks toegang tot de themadagen;
- tegen gereduceerd tarief toegang tot een locatie geschikt voor het hele gezin (bijvoorbeeld een dierentuin) op de Landelijke Contactdag;
- 4x per jaar onze nieuwsbrief Heupge(w)richt;
- toegang tot het ledendeel van de website;
- huren van een draagzak (onder voorbehoud van beschikbaarheid).

► Donateurs

Voor minimaal het halve contributiebedrag kun je donateur worden van de vereniging.

► Aanmelden

Lid worden of je aanmelden als donateur van de VAH kan op www.heupafwijkingen.nl.

► Facebook

Onze besloten Facebookgroepen zijn hier te vinden:

- Heupdysplasie bij jonge kinderen: www.facebook.com/groups/heupdysplasiebijjongekinderen
- Heupdysplasie bij tieners en volwassenen: www.facebook.com/groups/heupdysplasie
- Ziekte van Perthes: www.facebook.com/groups/ziektevanperthes
- Epifysiolyse: www.facebook.com/groups/epifysiolyse
- Tieners met een heupafwijking: www.facebook.com/groups/heupafwijkingtieners
- Heupimpingement: www.facebook.com/groups/impingement



Vereniging Afwijkende Heupontwikkeling

Vereniging Afwijkende Heupontwikkeling

Postbus 1143
3860 BC Nijkerk
T 033 247 14 64
info@heupafwijkingen.nl
www.heupafwijkingen.nl
www.facebook.com/heupafwijkingen

Ingeschreven in het verenigingsregister
van de KvK Zwolle onder nr. V62625.



Vereniging
Afwijkende
Heupontwikkeling



Zoeken... Zoek



Alles over
heupafwijkingen



Hulp en
ondersteuning



Over de
vereniging

www.heupafwijkingen.nl

▶ Heupdysplasie bij jonge kinderen

Developmental dysplasia of the hip (DDH) is een ontwikkelingsstoornis van de heup die bij 2% van alle pasgeborenen voorkomt. Letterlijk betekent het slecht ontwikkelde heup. De heupkom is onvoldoende diep gevormd, waardoor de kop niet goed in de kom past. Dit kan leiden tot vroegtijdige slijtage van de heup. Bij de behandeling van heupdysplasie bij baby's kan meestal worden volstaan met een afneembaar spreidmiddel voor de heupen (bijvoorbeeld een bandage of spreidbeugel).

▶ Heupluxatie

In ernstige gevallen kan heupdysplasie leiden tot ontwrichting van de heup. Dit noemt men heupluxatie. De kop van het dijbeen (heupkop) bevindt zich dan geheel buiten en vaak ook boven de kom. De behandeling bestaat uit het spreiden van de benen, waardoor de heupkop goed in de heupkom blijft. Hiervoor wordt een bandage of spreidbeugel voorgeschreven, waardoor de kop weer in de heupkom komt te liggen.

Soms is het nodig om de heupkop met behulp van een gipsbroek in de heupkom te houden. Dit kan worden voorafgegaan door een ziekenhuisopname waarbij het kind 'in tractie' gaat. Hierna zal meestal een gipsbroek worden aangelegd. Afhankelijk van de leeftijd en de ernst van de afwijking kan soms een operatie noodzakelijk zijn.

▶ Heupdysplasie bij tieners en volwassenen

Heupdysplasie wordt niet altijd ontdekt op babyleeftijd. Er kunnen dan vanaf de tienertijd klachten ontstaan als:

- pijn in de lies of bilstreek, die doortrekt naar het bovenbeen en soms zelfs tot de knie;
- pijn na lang lopen, staan of in dezelfde houding zitten;
- moeite met buigen van de heup, bijvoorbeeld bij het aantrekken van sokken / kousen en schoenen;
- moeite om met gekruiste benen te zitten of met het spreiden van de benen.

Een röntgenfoto is meestal voldoende om de diagnose te stellen. De behandeling van heupdysplasie bij tieners en volwassenen hangt af van diverse factoren, zoals leeftijd, werk, bezigheden en pijnklachten en kan daardoor van patiënt tot patiënt verschillen.

Er zijn verschillende operaties mogelijk, die elk tot doel hebben pijn te verminderen en slijtage (artrose) te voorkomen.

Soms is deze echter al zo ver gevorderd dat alleen een kunstheup nog voor verlichting van de klachten kan zorgen.

▶ Ziekte van Legg-Calvé-Perthes

De ziekte van Perthes is een aandoening aan de heupkop die voorkomt bij kinderen van drie tot elf jaar. Door een tijdelijke verstoring van de bloetoevoer sterft het bot van de heupkop af waardoor het misvormd raakt. Het hele herstelproces duurt twee tot vier jaar. In die periode worden kinderen regelmatig gecontroleerd en is het soms nodig om hulpmiddelen te gebruiken. Afhankelijk van de ernst van de misvorming kan op de lange termijn artrose ontstaan. Bij ernstige misvormingen kan een standscorrectie van het bovenbeen worden gedaan.

▶ Epifysiolyse

Epifysiolyse is een aandoening aan de heupkop die voorkomt bij kinderen tussen negen en zestien jaar. Op die leeftijd bestaat de heupkop nog uit twee delen met daar tussenin een groeischijf. Bij epifysiolyse verschuiven deze twee delen ten opzichte van elkaar. Dit veroorzaakt onder andere pijn in de knie en/of lies en een naar buiten gedraaide stand van het been. In de helft van de gevallen worden beide heupen getroffen.

"Het is fijn om te kunnen praten met mensen die weten wat je voelt omdat zij hetzelfde hebben meegemaakt"

Epifysiolyse wordt operatief behandeld door het verder verschuiven met behulp van een schroef te stoppen. Door de vervorming van de heupkop kan er op jonge leeftijd artrose ontstaan waardoor een kunstheup nodig is. Daarom wordt soms, indien nodig, een standsverandering van het been gedaan om dit zo lang mogelijk uit te stellen.

▶ Heupimpingement (FAI)

Bij femoroacetabulair impingement lopen heupkop en heupkom aan doordat er aan de rand van de heupkom (pincer) of aan de voor- of bovenkant van de femurhals / heupkop (cam) of op beide plekken extra bot groeit. Dit veroorzaakt bewegingsbeperkingen en pijn. In de meeste gevallen is het aangegroeide bot te verwijderen tijdens een kijkoperatie van de heup. Een enkele keer is een ingrijpendere operatie nodig.

▶ Protrusio acetabuli of ziekte van Otto

Bij protrusio acetabuli ligt de heupkom te diep in het bekken en stulpt hij uit in het kleine bekken. Dit veroorzaakt een toenemende bewegingsbeperking en pijnklachten. Een heupprothese kan de klachten verlichten.

▶ Andere heupaandoeningen

Ook mensen die te maken krijgen met een andere heupafwijking dan in deze folder wordt genoemd, kunnen bij de VAH terecht om hun vragen te stellen en hun ervaringen te delen.

▶ Wat doet de VAH voor jou?

De VAH is opgericht in 1996. Ons doel is het steunen en behartigen van de belangen van iedereen die te maken krijgt met een afwijkende ontwikkeling van het heupgewricht, bij zichzelf of iemand in de omgeving. Dit doen we op verschillende manieren. Op onze website hebben we door artsen gecontroleerde informatie