

# Artrosenetwerk helpt mensen met artrose in de regio

Heb je al een tijd last van pijn in je knie of heup, maar weet je niet goed wat je moet doen? Het Artrosenetwerk heeft antwoorden voor jou.

In onze regio is er iets nieuws voor mensen met artrose: het Artrosenetwerk. Hier werken verschillende zorgverleners samen, zoals fysiotherapeuten, huisartsen, die veel weten over artrosezorg. Hierdoor krijg je goede zorg.

Het Artrosenetwerk is gemaakt in samenwerking met huisartsen, fysiotherapeuten en specialisten uit het ziekenhuis. Dit maakt de zorg beter, zorgt voor een duidelijke boodschap en laat mensen met artrose zich begrepen voelen.

Artrose is een veelvoorkomende aandoening met pijn en beperkingen in het dagelijks leven. Het doel van het Artrosenetwerk is om de zorg voor mensen met artrose te verbeteren door een georganiseerde aanpak. Het team van zorgverleners is speciaal opgeleid volgens de Stepped-care artrose aanpak.

## Artrose: de feiten en fabels

- Bewegen en spierversterkende oefeningen verminderen pijn Feit
- Artrose is "slijtage", of bot op bot Fabel
- Alleen oudere mensen hebben artrose Fabel
- Röntgenfoto of MRI is nodig voor een diagnose Fabel
- Beweging zal mijn gewricht beschadigen Fabel
- Meer pijn = meer schade Fabel

**Meer weten: [www.pak-artrose-aan.nl](http://www.pak-artrose-aan.nl)**

*"Je hoeft geen foto te laten maken in het ziekenhuis als je last hebt van knie- en heupartrose. Je klachten, samen met het lichamenlijk onderzoek, zijn genoeg om te weten wat er aan de hand is."*

*Dat zeggen experts van het Artrosenetwerk, zoals Cees van Beek (huisarts) en Michelle de Jong (fysiotherapeut)*

[pak-artrose-aan.nl](http://pak-artrose-aan.nl)

**Wat is Stepped-care artrose?** Het is de juiste aanpak voor artrose, waarbij verschillende behandelingen worden aangeboden, afhankelijk van hoe erg de symptomen zijn en wat jij nodig hebt. Zo krijgt elke patiënt de juiste zorg op het juiste moment, voor een betere behandeling en een beter leven.

**Het Artrosenetwerk - Jouw hulp bij artrosezorg.** Het Artrosenetwerk brengt patiënten in contact met goede zorgverleners in de buurt die veel weten over Stepped-care artrose. Op de website [pak-artrose-aan.nl](http://pak-artrose-aan.nl) (zie QR-code) kun je zien welke zorgverleners er zijn, zoals fysiotherapeuten, huisartsen en anderen. Zij zijn er om je te begeleiden en te ondersteunen, of je artrose nu net begint of al verder gevorderd is.

**Krijg de zorg die je verdient.** Samen met onze zorgverleners willen we de impact van artrose verminderen en je helpen om een actief en gezond leven te leiden.

*Het Artrosenetwerk - Jouw hulp bij artrose.*



Meer weten over Stepped-care artrose of het Artrosenetwerk? Scan de QR-code of ga naar de website [pak-artrose-aan.nl](http://pak-artrose-aan.nl)