Artritis psoriatica

Psoriasis en je gewrichten: signalen en vijf vragen

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met psoriasis en voor mensen met artritis psoriatica. Je leest welke signalen bij artritis psoriatica horen en met welke vijf vragen je zelf kunt nagaan of je naar de huisarts gaat.



Wat artritis psoriatica is

Artritis psoriatica is een ontsteking van de gewrichten die samenhangt met psoriasis. Het gebeurt bij ongeveer twee tot drie op de tien mensen met psoriasis. Meestal komt de psoriasis van de huid jaren eerder. Bij ongeveer een op de zeven mensen komen de gewrichtsklachten juist eerst. Mannen en vrouwen krijgen het ongeveer even vaak. Het begint meestal tussen het dertigste en het vijftigste jaar.

De psoriasis hoeft niet groot te zijn. Soms is er maar een klein plekje op de hoofdhuid, of zitten alleen de nagels vol putjes.

De signalen

- **Een worstteen of worstvinger:** een hele teen of vinger is over de volle lengte dik en pijnlijk.
- **Pijn in de hiel:** op de plek waar de achillespees of de peesplaat onder de voet aan het bot vastzit. Vaak het ergst bij de eerste stappen.
- **Nagels:** putjes, gele vlekken die op een olievlek lijken, of een nagel die loslaat.
- **Een stijve rug:** stijf in de ochtend en pijn in de nacht, die beter wordt door bewegen.
- **Een rood, pijnlijk oog dat lichtschuw is:** laat dat dezelfde dag bekijken.

Vroeg herkennen

Wordt artritis psoriatica vroeg behandeld, dan ontstaat er minder blijvende schade aan de gewrichten. Mensen die pas na meer dan zes maanden bij de reumatoloog komen, hebben op de lange duur meer schade en kunnen minder.

Diagnose en behandeling

De reumatoloog stelt de diagnose. Die kijkt naar de gewrichten, de huid en de nagels, en soms naar röntgenfoto's. Bij artritis psoriatica zijn in het bloed geen reuma-antistoffen te vinden. De behandeling bestaat uit medicijnen die de ontsteking remmen, zoals methotrexaat of een biological. Hoe je je huid

en nagels verzorgt, lees je in de folder Psoriasis van de huid en de nagels.

Vijf vragen

Heb je psoriasis? Beantwoord dan deze vijf vragen. De dermatologen gebruiken ze om artritis psoriatica op te sporen.

Vraag	Ja of nee
Heb je ooit gezwollen gewrichten gehad?	ja / nee
Heeft een arts ooit gezegd dat je artritis hebt?	ja / nee
Hebben je vingernagels of teennagels putjes of kuiltjes?	ja / nee
Heb je pijn in je hiel gehad?	ja / nee
Heb je een vinger of teen gehad die helemaal dik en pijnlijk was, zonder duidelijke reden?	ja / nee

Drie of meer keer ja? Ga dan naar je huisarts. Dat is nog geen diagnose. De huisarts onderzoekt dan verder of het artritis psoriatica is. Kruis voor je afspraak op een tekening van het lichaam aan welke gewrichten stijf, dik of pijnlijk zijn geweest. Dat helpt de arts.

Bel dezelfde dag je huisarts, of buiten kantoortijd de huisartsenpost, bij:

- een rode, warme, dikke plek met pus, een rode streep of koorts
- een wond die snel groter wordt en veel pijn doet
- een teen die koud, wit, blauw of zwart wordt
- een rood, pijnlijk oog dat lichtschuw is

Neem binnen enkele dagen contact op met je huisarts of reumatoloog bij een wondje dat na een week niet beter is, een nieuw dik, warm of pijnlijk gewricht, paarse puntjes op de huid die niet wegdrukken, of nieuwe huiduitslag of mondzweertjes.

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont-Collen, dermatoloog, naar het e-book Reuma en de huid, het webinar Reuma: meer dan de gewrichten alleen! en de Toolkit Reuma en de huid (Huidopleiding, 2026). Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.