

Orthopedie

ARTROSCOPIE (KIJKOPERATIE) VAN DE KNIE



INLEIDING

Uw orthopedisch chirurg heeft u geadviseerd om een artroscopie van de knie te ondergaan. Hij kan dan de toestand van het gewricht beoordelen en ook ingrepen uitvoeren.

De meest voorkomende gewrichtsbeschadigingen zijn:

- Gescheurde meniscus
- Kraakbeenschade of slijtage (chondropathie)
- Losse bot- of kraakbeenstukjes
- Gescheurde banden

VERDOVING

De operatie vindt bij voorkeur plaats onder een ruggenprik (spinale anesthesie). U kunt dan meekijken via een beeldscherm. Tevens krijgt u direct uitleg over de toestand van de knie. Mocht u algehele narcose willen dan kunt u dit bespreken met de anesthesist.

Op de dag van de operatie mag u geen bodylotion op uw lichaam gebruiken.

DE OPERATIE

De orthopedisch chirurg maakt aan de voorzijde van de knie een kleine snede van circa 1 cm en brengt de artroscoop in het kniegewricht. Een artroscoop is een smalle buis van circa 8 mm doorsnede, met een lens en een lichtkabel. Door deze kabel wordt het licht in de knie geleid en via de lens verschijnt het beeld van het gewricht op een beeldscherm dat in de operatiekamer is opgehangen.

Door een tweede kleine snede kan de orthopedisch chirurg verschillende soorten instrumenten invoeren. Via een aan- en afvoeropening in de knie wordt het gewricht voortdurend gespoeld met een zoutwater oplossing om een duidelijk beeld te krijgen.

Na afloop van de operatie worden de wondjes meestal gesloten met hechtpleisters (soms met hechtingen). Tevens wordt een drukverband aangelegd.

COMPLICATIES

Bij elke operatie kunnen complicaties optreden. Bij de artroscopie treden zelden complicaties op. Complicaties kunnen zijn:

- **Nabloeding**, het kan dan nodig zijn de knie opnieuw te spoelen via dezelfde operatiewondjes.
- **Infectie of gewrichtsontsteking**.
- **Trombose**. Er is dan een bloedstolsel gevormd dat een ader in het been verstoppt. Het gehele onderbeen en de voet zwellen daarbij fors, waarbij de huid kan glanzen. Om de kans op trombose te verkleinen krijgt u na de ingreep eenmalig een prik met de bloedverdunner fraxiparine in de buik of dij. Veel bewegen van de enkel en de knie vermindert de kans op trombose.

ZWELLING

De knie kan na de ingreep warm en gezwollen zijn. Door te veel belasting kan zwelling ontstaan of verergeren en daarmee samenhangend kunnen ook pijnklachten ontstaan. Als er zwelling optreedt kunt u:

- Het been hoogleggen
- De knie koelen met ijs of een cold-pack. Nooit ijs rechtstreeks op de huid leggen en niet langer dan 20 minuten per keer.
- Minder zwaar belasten.

PIJN

Het is mogelijk dat u pijn krijgt. Gebruik dan de voorgeschreven pijnstillers. Neem deze steeds met water in en nooit op een lege maag.

VERBAND

Het drukverband mag u zelf verwijderen, 1 dag na de ingreep. De hechtpleisters moet u 10 tot 14 dagen laten zitten. De wondjes kunt u afdekken met een pleister.

U mag na de operatie douchen, maar probeer de wondjes van de knie zo droog mogelijk te houden (plak deze af).

OEFENINGEN VOOR THUIS

Buig de knie zover als de pijn het toelaat en ga iedere dag verder. Buig en strek de enkel ook. Hef uw been gestrekt vele malen per dag (100 keer). Zo brengt u sneller de kracht in het bovenbeen terug. Goede sterke beenspieren hebben een beschermende functie voor uw knie. Al snel wordt fietsen weer mogelijk. Vermijdt draaibewegingen. De verdere nabehandeling hangt af van de aange troffen afwijkingen in uw knie.

HERSTEL

Het herstel kan twee tot zes weken in beslag nemen (soms langer), afhankelijk van de diagnose die wordt gesteld. Betreft het alleen een letsel van de meniscus, dan zal het herstel over het algemeen spoedig optreden. Is er sprake van kraakbeenschade dan kan het herstel langer duren. In principe mag het geopeerde been normaal belast worden. Het is aan te raden om 2 elleboogkrukken te lenen, voor het geval dat belasten nog tegen valt. Neem de krukken mee naar de afdeling. Sporthervatting is afhankelijk van de sport die u bedrijft. Het is niet verstandig om contactsporten binnen 6 weken te hervatten. Wij raden u af om grote vliegzeizen te maken tot minstens 1 week na de ingreep.

POLIKLINISCHE AFSPRAAK

Een controleafspraak op de polikliniek krijgt u thuis gestuurd. Doorgaans komt u drie tot vier weken na de operatie terug op de polikliniek.

WERKHERVATTING

Het moment waarop u weer kunt werken is afhankelijk van de aard van de ingreep en het soort werk dat u doet. Wij adviseren u om na de ingreep uw agenda zo'n twee weken vrij te houden. Zo nodig bespreekt u dit met uw bedrijfsarts (of Arbo-arts).

PROBLEMEN?

Zijn er problemen, neem dan contact op met de afdeling van Ziekenhuis Rivierenland waar u verpleegd werd:

DAGVERPLEGING

☎ 0344-674488

M4 AFDELING ORTHOPEDIE

☎ 0344-674649

TOT SLOT

Mocht u na het lezen van deze folder of na de operatie nog vragen hebben, dan kunt u de orthopedie consulent bellen. Telefonisch spreekuur op werkdagen 's ochtends tussen 11.00 – 12.00 uur, ☎ 0344-674676.

AANTEKENINGEN

A series of 25 horizontal dotted lines for taking notes.

Heeft u nog vragen dan kunt u
altijd contact opnemen met ons:

 0344-674911
 info@zrt.nl
www.ziekenhuisrivierenland.nl

