Artroscopie van de enkel

Kijkoperatie

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

In deze folder

Gesprek met de orthopedisch chirurg 3

Gesprek met de orthopedie consulent 5

Gesprek met de anesthesioloog 6

Uw dagopname en operatie 7

Adviezen ná de operatie 13

Vragen & antwoorden 15

Heeft u nog vragen? 19

Gesprek met de orthopedisch chirurg

De orthopedisch chirurg heeft een artroscopie voorgesteld.

*Een artroscopie kan meestal in **dagbehandeling** worden uitgevoerd.*

Wij zetten de belangrijkste informatie op een rijtje.

Wat is een artroscopie?

Artroscopie betekent letterlijk: kijken (scopie) in een gewricht (arthros).

Hoe zit uw enkelgewricht in elkaar?

Het enkelgewicht bestaat uit drie botdelen; het kuitbeen (fibula), het scheenbeen (tibia) en het sprongbeen (talus). Om de enkel ligt het gewrichtskapsel. Buiten dit gewrichts-kapsel heeft de enkel een complex van gewrichtsbanden en -pezen, die voor de stabiliteit van de enkel zorgen. Elk botdeel is bekleed met een laag kraakbeen dat zorgt voor het glad en soepel bewegen van het gewricht.



Waarom een artroscopie?

Een artroscopie heeft een aantal grote voordelen boven een ‘open’ operatie:

- Verschillende aandoeningen in de enkel kunnen gezien worden zonder dat daarvoor een grote operatie nodig is!

- De littekens zijn klein, meestal slechts een centimeter.
- Ook de opening in het slijmvlies van uw gewricht is minimaal, zodat het herstel van het gewricht sneller zal gaan.
- Een groot voordeel van een arthroscopische operatie is, dat het herstel vlot verloopt en dat meestal direct na de ingreep uw enkel weer volledig belast mag worden!

In afwachting van uw operatie

Krukken regelen

U kunt elleboogkrukken huren of kopen bij de thuiszorgorganisatie in uw regio.
Deze krukken moet u op de dag van opname meenemen!

Scheren

Op de operatiekamer beslist de operateur of het nodig is het operatiegebied te scheren.
Het is belangrijk dat 1 week vóór de operatie uw enkel niet geschoren wordt.

Let op:

Krijgt u vlak vóór de operatie koorts of een wondje?
Neem dan contact op met de
orthopedie consulent: telefoon 010 - 258 31 24.
Een ontstekingsreactie in uw lichaam kan het herstel na de operatie beïnvloeden.

Gesprek met de orthopedie consulent

Tijdens dit voorbereidend opnamegesprek worden operatie en herstel, stap-voor-stap met u én uw partner of contactpersoon doorgesproken.

De orthopedieconsulent bespreekt met u de operatie en uw herstel na de operatie. Zij informeert u over de gang van zaken rondom de operatie en is vóór en na de ingreep uw aanspreekpunt bij vragen.

Telefoon: 010 -258 31 24
E-mail: orthoconsulent@ysl.nl

Wij adviseren altijd uw partner of contactpersoon mee te nemen. Ook voor hen is het goed te horen wat er gaat gebeuren en hoe uw herstel verloopt.

Bij het naar huis gaan heeft u een **bewegingsbeperking**. Wat deze beperking precies inhoudt, hoort u van de orthopedieconsulent. Denk van tevoren na wat voor praktische problemen dit bij terugkeer naar huis kan geven.

Regel hulp bij thuiskomst met familie of vrienden.
Mocht u toch **persoonlijke hulp** willen hebben van een thuiszorgorganisatie, is het verstandig dit van te voren aan te geven bij de orthopedieconsulent.

Als u **huishoudelijke hulp** na ontslag nodig denkt te hebben, vraag dit dan tijdig aan bij het gemeentehuis in uw woonplaats, afdeling WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning).

Gesprek met de anesthesioloog

Anesthesie is de verzamelnaam voor alle soorten verdoving.

Van de anesthesioloog krijgt u de folder
'Anesthesie en pijnbestrijding'.
Klik **hier** om deze in te zien of kijk op **www.yslfolder.nl,**
zoekwoord ANE.029.

U krijgt uitgebreide informatie over:

- uw verdoving;
- pijn en pijnmedicatie;
- **met welke medicijnen u moet stoppen en welke medicijnen u op de dag van uw operatie gewoon moet innemen**;
- wat 'nuchter zijn' precies inhoudt en waarom dit belangrijk is.

De keuze voor de **soort verdoving** wordt pas definitief bepaald in het gesprek met de anesthesioloog.

De anesthesioloog is ook diegene die u (desgewenst) pijn- of rustgevende medicatie kan voorschrijven.

Uw dagopname

&

operatie

Ongeveer 1 week vóór uw operatie wordt u door het planbureau gebeld en hoort u de datum en het tijdstip waarop we u in het ziekenhuis verwachten.

Nuchter zijn

Voor deze operatie moet u nuchter zijn. U leest hier alles over in de brochure ***'Anesthesie en pijnbestrijding'*** die u op de polikliniek Anesthesiologie krijgt.
Klik **hier** om deze in te zien of kijk op **www.yslfolder.nl**, zoekwoord ANE.029.

Waar meldt u zich?

U hoeft zich niet aan te melden bij de aanmeldzuil in de hal, u mag meteen doorlopen naar de afdeling Dagverpleging.
Daar meldt u zich bij de balie.

Wat neemt u mee?

Naast de gebruikelijke zaken als verzekeringspapieren, nachtgoed en toiletartikelen neemt u ook mee:

- de medicijnen die u thuis al gebruikte (in de originele verpakking);
- gemakkelijke kleding en schoenen.

Meer informatie over ons ziekenhuis en de beschikbare voorzieningen op uw kamer en buiten uw kamer, leest u in de brochure ***'Dagverpleging'***. U krijgt deze brochure bij uw afspraak op de polikliniek Anesthesiologie.
Klik **hier** om deze in te zien. Of kijk op **www.yslfolder.nl**, zoekwoord DAG.001.

Het opnamegesprek

Eenmaal op de afdeling zal één van de verpleegkundigen het verloop van uw verblijf in het ziekenhuis met u doorspreken. De verpleegkundige neemt samen met u even kort de gegevens door zoals u deze heeft besproken met de orthopedieconsulent. Dit doen we om te controleren of er nog iets veranderd is.

In het gesprek met de verpleegkundige is het belangrijk dat u aangeeft wie uw **contactpersoon** is.
Deze contactpersoon wordt door ons gebeld als u na de operatie weer terug bent op de afdeling.
U wordt geïnformeerd over de gang van zaken op de afdeling.

U krijgt op deze dag met verschillende mensen te maken zoals verpleegkundigen, voedingsassistenten, medewerkers van het laboratorium, de orthopedisch chirurg, arts-assistenten en de anesthesioloog.
Het zal niet meevallen om ze uit elkaar te houden en precies te onthouden wat ze vertellen. Aarzel daarom niet iemand naar zijn naam of functie te vragen of één van de verpleegkundigen te vragen u (nogmaals) uitleg te geven.

De voedingsassistent verzorgt uw maaltijden.

Wij adviseren dat u zich na de operatie altijd door iemand op laat halen met een rolstoel!

In de hal staan rode rolstoelen waar gebruik van kan worden gemaakt. Deze rolstoelen mag u meenemen naar de afdeling. U heeft dan wel een 2 euromuntstuk nodig om het slot los te maken. Na gebruik kunt u de stoel weer inleveren en krijgt u uw geld weer terug.

De laatste voorbereidingen op uw operatie

➢ U krijgt een operatiejasje aan.
➢ U krijgt uw pre-medicatie zoals afgesproken.

Hoe verloopt de operatie?

Er wordt tijdens de operatie een dun buisje (=artroscoop) via een klein sneetje aan de voorkant van de enkel ingebracht. Het buisje wordt aangesloten op een videocamera, die weer verbonden is met een beeldscherm. Het buisje wordt tevens aangesloten op een lichtkabel waardoor de binnenkant van het gewricht goed verlicht wordt.
Tijdens het onderzoek wordt de enkel voortdurend gespoeld met een zoutoplossing om het beeld zo helder mogelijk te houden. Door een tweede of derde insteekopening te maken kan men uiterst kleine chirurgische instrumenten inbrengen en zo in de enkel operaties uitvoeren zonder dat daarvoor een grotere ingreep nodig is. De mogelijkheden zijn beperkt omdat er in de enkel weinig ruimte is:

- Verwijderen van losse stukjes bot of kraakbeen.
- Glad maken van het kraakbeen.
- Verwijderen van botuitwassen ("voetbalenkel") en littekenweefsel.
- Opruwen van kraakbeendefecten waardoor reparatiekraakbeen ontstaat. Dit is slechter dan normaal kraakbeen maar beter dan een defect.
- De sneetjes worden afgeplakt met hechtpleisters of gehecht en afgedekt met gaasje.
- Om uw enkel wordt een drukverband aangebracht om zwelling te verkomen. Dit drukverband blijft twee dagen zitten.

De operatie duurt ongeveer 10 tot 30 minuten.

Na de operatie

Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer. Gespecialiseerde verpleegkundigen zorgen dat u rustig bijkomt van de operatie. Met behulp van bewakingsapparatuur worden uw lichaamsfuncties gecontroleerd. Zodra u weer voldoende wakker bent en uw algemene conditie stabiel is, gaat u terug naar de afdeling.

Is alleen uw been verdoofd tijdens de operatie, dan mag u direct na de operatie terug naar de afdeling en hoeft u slechts kortdurend op de uitslaapkamer te blijven.

- **Als het technisch niet mogelijk is de behandeling tijdens de artroscopie uit te voeren, kan het nodig zijn het gewricht te openen met een grotere snede. Dit kan direct aansluitend op de artroscopie gebeuren. Soms gebeurt het op een later moment.**

- **Het kan ook voorkomen dat u niet direct naar huis kunt, maar overgeplaatst wordt naar de verpleegafdeling. Uw orthopedisch chirurg zal dit toelichten.**

Terug op de afdeling

Zodra u terug bent op de afdeling, zal de verpleegkundige telefonisch contact opnemen met uw contactpersoon en meteen een afspraak maken hoe laat u opgehaald mag worden.

Wanneer u naar huis mag is afhankelijk van de vorm van verdoving, bijvoorbeeld:

Block	1,5 uur
Algehele narcose	1-3 uur
Dormicum	1,5 uur
Spinaal	4 uur (u moet voor ontslag geürineerd hebben)

- Nadat u van de uitslaapkamer bent teruggekomen, controleren de verpleegkundigen uw lichamelijke toestand nog regelmatig. Het kan zijn dat u aanvankelijk nog wat slaperig of suf bent.
- De **medicatie tegen de pijn** kan worden aangepast als het nodig is. Het is belangrijk dat u waarschuwt als de pijn toeneemt.
- Sommige patiënten voelen zich na de operatie wat misselijk en hebben geen zin in eten. Als u zich goed voelt, mag u snel weer eten en drinken.
- In uw arm zit nog een **infuus**. Dit infuus blijft in uw arm totdat u gegeten, gedronken en geplast heeft.
- Bij ontslag krijgt u voor de eerste 3 dagen zakjes met pijnstilling mee.

Wanneer komt de orthopedisch chirurg langs?

Meestal spreekt u de arts tijdens of net na de ingreep.
Als dit niet is gebeurd, komt de orthopedisch chirurg meestal nog even bij u langs voordat u naar huis gaat.
Hij/zij zal u vertellen wat er bij de operatie is gezien en gedaan.

Controle op de polikliniek

Als u naar huis gaat, krijgt u een afspraak mee voor een controlebezoek aan de polikliniek. **Deze controle vindt ongeveer 14 dagen na de operatie plaats.**

Adviezen ná de operatie

Het is absoluut noodzakelijk om de eerste tijd na uw operatie krukken te gebruiken. Zo voorkomt u dat u door uw enkel zakt of ten val komt.
Advies: 1e dag twee krukken gebruiken, 2e dag 1 kruk,
3e dag binnen zonder krukken en buiten met 1 kruk.
4e Dag zo mogelijk zonder krukken.

Na de operatie heeft u een **drukverband** of een **elastische kous** gekregen. Dat doen we om zwelling tegen te gaan.

1. Heeft u een drukverband gekregen?

- Het drukverband mag u na 2 dagen verwijderen en overdag vervangen door de meegegeven elastische kous (tubigrip).
- De elastische kous moet u alléén overdag dragen: ’s Nachts hoeft u de kous dus niet te dragen.

2. Heeft u een elastische kous gekregen?

- Heeft u direct na de operatie een elastische kous gekregen? Dan moet u deze gedurende 48 uur dag en nacht dragen.
- Na deze periode hoeft u de kous alleen overdag te dragen.

Vragen & antwoorden

Wij kunnen ons goed voorstellen dat u nog vragen zult hebben. De meest gestelde vragen beantwoorden we alvast voor u!

1. Hoe verzorg ik mijn wond?

Uw wond moet schoon en droog blijven. De huid rondom de wond(jes) kan er wat rood of geïrriteerd uitzien.

De wond mag worden afgedekt met een gewone pleister die u bij de drogist kunt kopen.

- Let er op dat u rond het wondgebied geen crème of lotion gebruikt.
- De wond mag niet gemasseerd worden.

2. Wanneer mag ik weer douchen?

In principe mag u na het verwijderen van het drukverband weer douchen. Dit is dus 2 dagen na de operatie.

Na het douchen moet de natte pleister vervangen worden. Gebruik rond de wond geen zeepproducten.

3. Hoe lang gebruik maken van een loophulpmiddel?

Tot u een goede controle heeft over uw geopereerde been en er weinig zwelling van de enkel is.

4. Hoe lang kan mijn enkel pijnlijk blijven?

Na de kijkoperatie wordt de pijn geleidelijk minder.

5. Hoe lang moet ik de pijnmedicatie gebruiken?

De pijnmedicatie krijgt u, samen met een tabletje voor de maag, voor 3 dagen voorgeschreven.

6. Hoe lang blijft mijn enkel dik?

De zwelling vermindert de eerste weken na het ontslag.
De zwelling is meestal ’s avonds het grootst.
Deze vermindert door regelmatig uw been hoog te leggen en uw enkel te bewegen.

7. Hoe lang blijft mijn enkel warm aanvoelen?

Uw enkel kan 6 tot 12 weken na de operatie nog dik zijn en warm aanvoelen.

8. Wanneer mag ik mijn werk weer hervatten?

Het moment waarop u weer kunt werken is afhankelijk van het soort werk. Over het algemeen wordt 1 à 2 weken aangehouden voor zittend werk en 3 weken voor zwaarder werk. Bespreek dit met uw bedrijfsarts en/of uw orthopedisch chirurg.

9. Wanneer mag ik weer autorijden?

Wanneer u voldoende controle heeft over uw geopereerde been èn zonder krukken loopt, kunt u weer zelf autorijden. Het is niet verstandig om te rijden wanneer u nog pijnmedicatie slikt. Raadpleeg uw arts èn de polisvoorwaarden van uw verzekeringsmaatschappij!

10. Wanneer mag ik weer zwemmen?

Zwemmen mag na ongeveer 14 dagen.

11. Wanneer mag ik weer gaan sporten?

Het moment dat u uw sport weer mag hervatten is afhankelijk van het type sport en de vorderingen van de revalidatie. Meestal is sporthervatting na 4 tot 6 weken mogelijk.

12. Wanneer mag ik mijn antistolling hervatten?

Deze medicatie mag meestal de dag na de operatie weer hervat worden. Uw orthopedisch chirurg zal u hierover inlichten.

13. Wanneer moet ik contact opnemen met de orthopedie consulent?

- als uw wond blijven lekken,
- als uw enkel of de huid rond uw enkel extreem pijnlijk of rood en warm aanvoelt,
- bij een warme of pijnlijke kuit.

Belangrijk om te weten!

Ondanks alle zorg die wordt besteed aan de operatie en nazorg kunnen er soms toch complicaties optreden zoals:

- Infectie aan de enkel.
- Een (meestal tijdelijke) uitval van de gevoelszenuw van de voet. Soms houdt u wat langer napijn en een zwelling ter plaatse van de insteekopeningen.
- De overige restklachten zijn meestal te wijten aan al aanwezige afwijkingen.

Heeft u nog vragen?

Wij hopen u met deze folder voldoende te hebben geïnformeerd. Heeft u nog vragen over deze ingreep of de nazorg? Neem dan contact met ons op.

Orthopedie consulent.
Telefoon 010 - 258 31 24 / e-mail: orthoconsulent@ysl.nl

Afdeling Dagverpleging
Telefoon 010 – 258 54 17

In het weekend
Telefoon 010 – 258 5000

Secretariaat orthopedie
Telefoon 010 – 258 50 83

Verder nog van belang

Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u krijgt. Stel vragen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico's of andere behandelmogelijkheden.

Ontdek Mijn IJsselland
De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland**
Bekijk onze korte animatie **Bekijk uw gegevens in Mijn IJsselland**

Persoonlijke gezondheidsomgeving (PGO)
Website/app (gratis) waarop u al uw gezondheidsgegevens kunt bundelen en raadplegen **PGO**

Aanbevolen websites
Betrouwbare medische informatie, aanbevolen door onze zorgverleners **aanbevolen-websites**

IJsselland Folders
Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App **folder app**