Cuff repair van de schouder

Stap voor stap

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

In deze folder

Gesprek met de orthopedisch chirurg 3

Gesprek met de orthopedieconsulent 7

Gesprek met de anesthesioloog 9

Uw opname en operatie 11

Fysiotherapie 17

Vragen & antwoorden 21

Heeft u nog vragen? 25

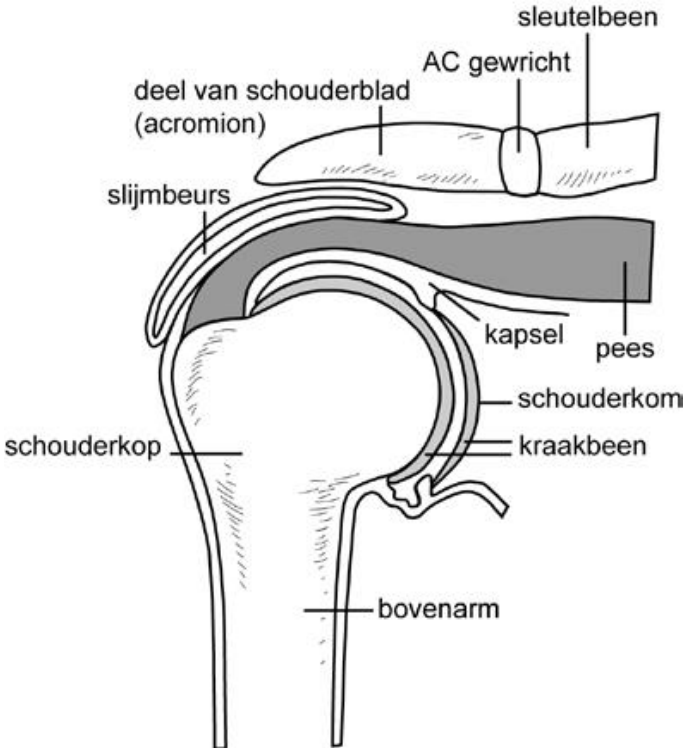
Gesprek met de orthopedisch chirurg

De orthopedisch chirurg heeft een operatie aan de schouder voorgesteld.
Wij zetten de belangrijkste informatie nog even voor u op een rijtje.

Hoe zit uw schoudergewricht in elkaar?

Het schoudergewricht wordt gevormd door een kom;
dat is een onderdeel van het schouderblad
en de kop van de bovenarm.
Om het gewricht bevindt zich een gewrichtskapsel,
daar omheen lopen de spieren en pezen.
Het gewrichtskapsel, de spieren en pezen vormen samen de 'cuff'.

1 = bovenarm
2 = schouderkop
3 = pees
4 = kapsel
5 = sleutelbeen
6 = AC gewricht
7 = schouderblad
8 = slijmbeurs
9 = aanhechting pees
aan bovenarm



De beweging in het schoudergewricht is afhankelijk van een groep van vier spieren (rotatoren). Deze spieren liggen als een soort manchet om de kom van het schoudergewricht. De spieren monden uit in de pezen, waarvan de uiteinden aan de bovenarm vastzitten
Om de bovenarm soepel te laten bewegen, functioneren slijmbeurzen rond de pezen als een soort glijmechanisme. Normaal glijden de pezen soepel tussen het schouderdak en de bovenarm.

Waarom een operatie?

Na een letsel en/of door slijtage kan (een deel van) de cuff scheuren. Afhankelijk van de mate van slijtage van de pezen, kan een hersteloperatie worden gedaan.
Het doel van de operatie is pijnvermindering en functieverbetering.

In afwachting van uw operatie

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

Scheren

Op de operatiekamer beslist de operateur of het nodig is het operatiegebied te scheren. **Het is belangrijk dat 1 week voor de operatie de schouder en oksel 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 orthopedieconsulent

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 verdovingen.

U krijgt de folder ***'Anesthesie en pijnbestrijding'***.
http://www.yslfolder.nl/categorieen/search/ane.029

Van de anesthesioloog krijgt u 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

Nuchter zijn

Voor deze ingreep moet u nuchter zijn. Wat dit precies betekent en waarom dit zo belangrijk is leest u in de brochure ***'Anesthesie en pijnbestrijding'*** die u bij de polikliniek anesthesiologie krijgt.

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 bij de polikliniek Anesthesiologie.
http://www.yslfolder.nl/categorieen/search/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 laatste voorbereidingen op uw operatie

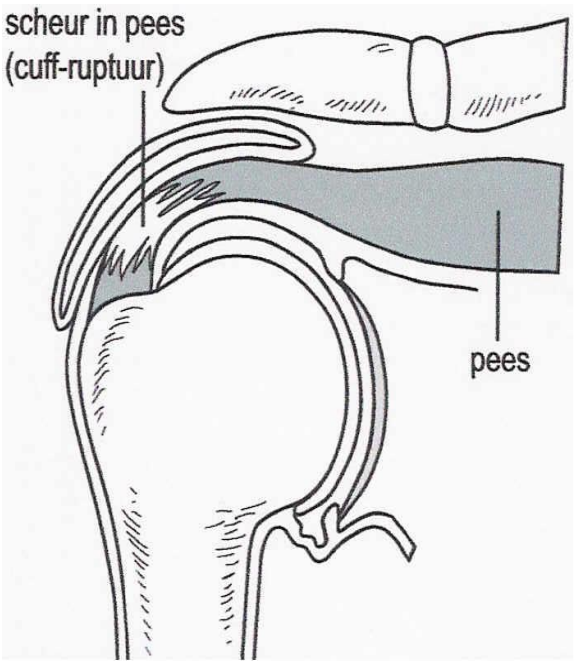
- U krijgt een operatiejasje aan.
- U krijgt uw premedicatie zoals afgesproken.

Wanneer komt de orthopedisch chirurg langs?

Op de dag van uw opname ziet u de orthopedisch chirurg op de voorbereidingskamer van de operatieafdeling.
De orthopedisch chirurg geeft met een viltstift de kant aan waar de operatie plaats zal vinden. Dit wordt gedaan om vergissingen te voorkomen.

Hoe verloopt de operatie?

Een cuff repair is het hechten van een cuff-scheur.
Er wordt een kleine snee van ongeveer 5 cm aan de voorzijde van de schouderkop gemaakt.
De slijmbeurs wordt gedeeltelijk verwijderd om goed zicht op de cuff te hebben.
De gescheurde cuff wordt gehecht zodat deze kan genezen.
De wond wordt gesloten met hechtingen. Soms wordt ook een stukje bot verwijderd om de kans op herhaling te verkleinen.



Deze ingreep duurt ongeveer 45 – 90 minuten.

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.

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.
- De **nablijftijd** is afhankelijk van de vorm van verdoving, bijvoorbeeld:

Algehele narcose	Nablijftijd **1 - 3 uur**
Dormicum	Nablijftijd **1,5 uur**
Spinaal	Nablijftijd **4 uur** U moet geürineerd hebben voor ontslag

- 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.
- In uw arm zit nog een **infuus**. Dit infuus blijft in uw arm totdat u gegeten en gedronken heeft.

- Uw **arm** kan dan door de verdoving nog een aantal uren **gevoelloos** zijn. Het gevoel is meestal binnen 24 uur volledig terug.
- Uw geopereerde schouder/arm zit in een speciale bandage (**Immobilizer**, zie pag. **22**).
  Deze wordt gedurende **6 weken gedragen** om de pees die gehecht is weer te laten genezen.
- De wond is gehecht en afgedekt met een **wondpleister**.
- De arts geeft aan wat u tot aan de poliklinische controle wel en niet met uw schouder mag doen.

Nacontrole op de polikliniek

Als u met ontslag gaat krijgt u een afspraak mee voor een bezoek aan de polikliniek. **Deze controle vindt ca. 14 dagen na de operatie plaats.** Op dat moment worden de hechtingen verwijderd en wordt de wond gecontroleerd.

Fysiotherapie

Het is belangrijk dat de wond de eerste 2 weken rust krijgt voordat u start met uw verdere revalidatie.
Als u komt voor de wondinspectie en het verwijderen van de hechtingen, bespreekt de orthopedisch chirurg de fysiotherapie met u. U krijgt dan meteen van de orthopedisch chirurg een machtiging voor uw eigen fysiotherapeut mee.

De volgende oefeningen mag u de eerste 2 weken wél uitvoeren:

Oefening 1

Vingers spreiden en vuist maken, herhaal dit 20 keer





Oefening 2

De schouders optrekken en ontspannen, herhaal dit 10 keer





Oefening 3

Elleboog strekken, doe dit op de momenten dat de immobiliser af is. Zoals met het aankleden of douchen.



Vragen & antwoorden

Wij kunnen ons goed voorstellen dat
u nog vragen heeft.
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 hechtingen/hechtpleisters kan er wat rood of geïrriteerd uitzien. Wanneer de hechtingen of hechtpleisters na 14 dagen verwijderd zijn, neemt de roodheid langzaam af.

2. Wanneer mag ik weer douchen?

Als uw wond droog is mag u douchen, meestal is dat na een paar dagen. Na het douchen moet de natte pleister vervangen worden. Gebruik rond de wond geen zeepproducten.

3. Hoe lang kan mijn schouder pijnlijk blijven?

Na de operatie wordt de pijn geleidelijk minder.
Veel patiënten merken een kortdurende verslechtering na de operatie, wanneer het herstel inzet.

4. Hoe lang blijft mijn schouder dik?

De zwelling vermindert de eerste weken na het ontslag.

5. Hoe lang moet ik de Immobilizer dragen?

U draagt de Immobilizer tot 6 weken na de operatie, om de pees die gehecht is weer te laten genezen.

6. Hoe lang moet ik de pijnmedicatie gebruiken?

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

7. Wanneer mag ik mijn arm weer volledig gebruiken?

De orthopedisch chirurg en de fysiotherapeut zullen met u bespreken wanneer u de arm weer volledig mag gaan gebruiken.

8. Wanneer mag ik mijn werk weer hervatten?

Het moment waarop u weer kunt werken is afhankelijk van het soort werk dat u doet. U overlegt dit met de bedrijfsarts en de orthopedisch chirurg.

9. Wanneer mag ik weer autorijden?

Na 6 weken - wanneer u voldoende controle heeft over uw schouder - kunt u weer zelf autorijden.
Het is niet verstandig om te rijden wanneer u nog pijnmedicatie slikt of een bandage draagt.
Raadpleeg uw arts en de polisvoorwaarden van uw verzekeringsmaatschappij!

10. Wanneer mag ik weer sporten of zwemmen?

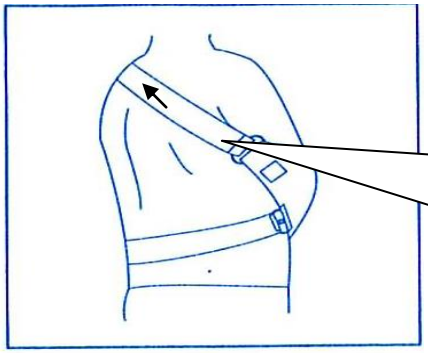
De meeste sporten kunnen vaak na 3 maanden weer worden uitgeoefend. Uw orthopedisch chirurg zal u hierover inlichten.

11. Wanneer moet ik contact opnemen met de orthopedieconsulent?

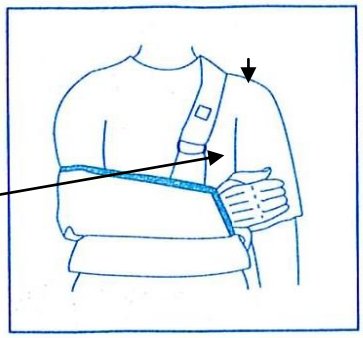
- als uw wond gaat lekken;
- als uw wond of de huid rond uw wond pijnlijk/ rood en warm aanvoelt.

Schouderimmobilizer

Bovenband

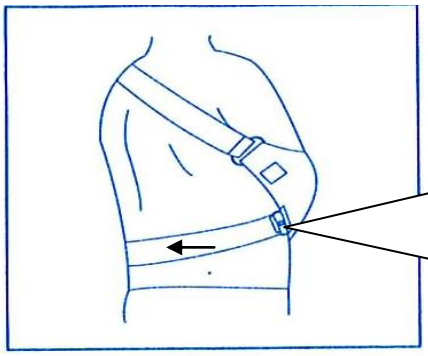


De band via de rug over de gezonder schouder naar de voorkant brengen en aan de ring bevestigen

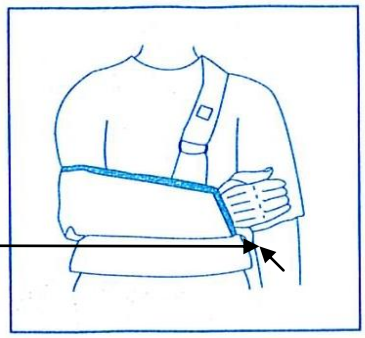


Zijaanzicht **Vooraanzicht**.

Tailleband



De band van elleboog via de rug naar de voorkant (vingers) brengen en aan de ring bevestigen



Schuif het kussentje op de schouderband over de gezonde schouder



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.

Orthopedieconsulent - telefoon 010 – 258 31 24

E-mail: orthoconsulent@ysl.nl
Bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 16.00 uur.

Afdeling Dagverpleging - telefoon 010 – 258 54 17

Bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 15.30 uur.

In het weekend - telefoon 010 – 258 50 00

Vraag naar het avond-/nacht- of weekendhoofd.

Secretariaat orthopedie - telefoon 010 – 258 50 83

Bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 14.30 uur.

Verder nog van belang
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u van arts of verpleegkundige krijgt. Vraag het hen 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**
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**