

Enkelbandreconstructie volgens Broström

Stap-voor-stap

The logo for Ijssel Land ziekenhuis, featuring a stylized house icon above the text 'ijssel land' and 'ziekenhuis' below it.

ijssel land
ziekenhuis

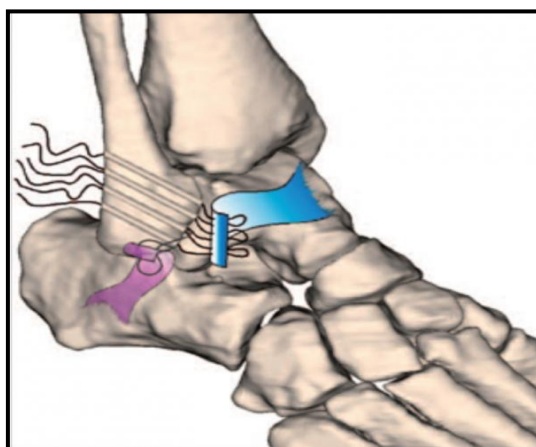
Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

In deze folder

Gesprek met de orthopedisch chirurg	3
Gesprek met orthopedie consulente	6
Gesprek met de anesthesioloog	8
Uw dagopname & operatie	10
Controle na ontslag	18
Vragen & antwoorden	21
Heeft u nog vragen?	23



Gesprek met de orthopedisch chirurg

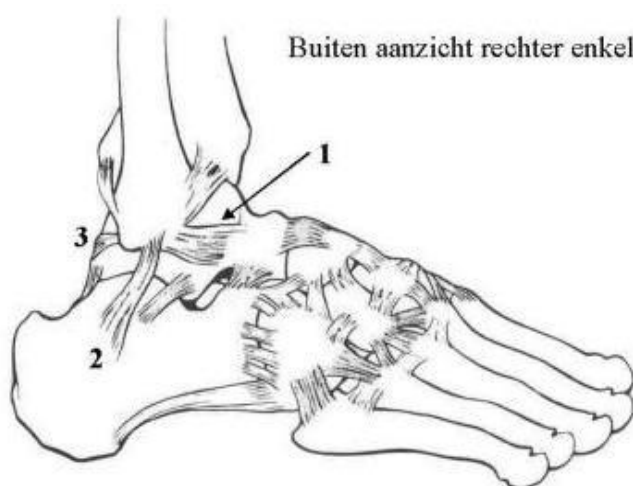
*De orthopedisch chirurg heeft een
enkelbandreconstructie volgens Broström
voorgesteld.*

*Wij zetten de belangrijkste
informatie nog even voor u op een rijtje.*

Enkelverstuiking

Een veel voorkomende blessure van de enkel is een verstuiking. Dit kan optreden na een krachtige, meestal onverwachte zwikking van de enkel. Een of meer van de banden van het enkelgewricht worden dan te ver uitgerekt of scheuren.

Een verstuiking van de enkel is onmiddellijk zichtbaar doordat een flinke zwelling ontstaat aan de buitenzijde van de enkel. De enkel is pijnlijk, vooral bij binnenwaartse beweging en het is moeilijk of onmogelijk om er op te staan.



Figuur 1

1. De voorste enkelband
2. De middelste enkelband
3. De achterste enkelband

Regelmatig zwikken van de enkel is een probleem. Meestal is de enkelband eerder gescheurd geweest, waardoor de enkel instabiel is geworden. Ook kunnen zenuwvezels gescheurd zijn, waardoor er geen signaal meer naar de hersenen gaat en de kans op verstuiking weer groter is.

Wanneer eerdere behandelmethode(n) (bijvoorbeeld spierkrachtverbetering, fysiotherapie, gips, brace of aangepast schoeisel) geen of onvoldoende verbetering geven, wordt in sommige gevallen een operatie geadviseerd.

Bij u is besloten om over te gaan tot een operatie. Deze operatie is bedoeld om de enkel te stabiliseren.

In afwachting van uw operatie

Welke hulpmiddelen heeft u nodig?

- Twee elleboogkrukken; u kunt krukken huren of kopen bij de thuiszorgorganisatie in uw regio. *Zorg ervoor dat u de krukken meeneemt op de opnamedag!*
- Een losse stoel om onder de douche te zetten.
- Een douchezak voor om de enkel.
- Eventueel een rolstoel.

Zorg verder voor:

- Een gemakkelijke stoel met twee leuningen.
- Een voetenbank, zodat u met het geopereerde been omhoog kunt zitten.
- Geen losse kleedjes op de vloeren.
- Een antislipmat in uw badkamer.
- Als u een trap naar uw slaapkamer heeft – en u niet onbelast op de billen of hinkelend de trap op/af kan gaan – is het raadzaam om beneden een bed neer te zetten.

Scheren

Op de operatiekamer beslist de operateur of het nodig is het operatie gebied te scheren.

Het is belangrijk dat 1 week voor de operatie uw enkel en onderbeen niet wordt geschoren.

Roken

Roken is slecht voor de wondgenezing en verhoogt de kans op complicaties na de operatie. Het is noodzakelijk dat u 4 weken voor de operatie volledig stopt met roken en dit minimaal 4 weken na de operatie volhoudt.

Let op:

Krijgt u vlak voor de operatie koorts of een wondje?
Neem dan contact op met **de Orthopedieconsulent:**

010 - 258 31 24

Een ontstekingsreactie in uw lichaam
kan uw 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 tevoren 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 polikliniek Anesthesiologie krijgt u 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

Ongeveer een 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 ingreep moet u nuchter zijn. Wat dit precies betekent en waarom dit zo belangrijk is leest u in de brochure '*Anesthesie en pijnbestrijding*'.

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?

Denk niet alleen aan uw verzekeringspapieren, nachtgoed en toiletartikelen, maar óók aan:

- de medicijnen die u thuis gebruikt (in de originele verpakking);
- gemakkelijke kleding en schoenen;
- 2 elleboogkrukken (deze kunt u huren of kopen bij de thuiszorgorganisatie).

Meer informatie over ons ziekenhuis en de beschikbare voorzieningen op uw kamer en buiten uw kamer, leest u in de brochure '*Dagverpleging*'.

<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. In het gesprek met de verpleegkundige is het belangrijk dat u aangeeft wie uw **contactpersoon** is.

Deze contactpersoon zal door ons gebeld worden als u na de operatie weer terug bent op de afdeling. Ook hoort uw contactpersoon hoe laat u weer mag worden opgehaald.

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

In de hal staan 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.

Vorbereidingskamer

Ongeveer een uur voor de operatie wordt u naar het operatiekamercomplex gebracht door een verpleegkundige. Daar wordt u overgedragen aan de anesthesiemedewerkers van de voorbereidingskamer. Hier wordt een infuus geprikt en wordt u aangesloten aan de bewakingsmonitor.

Uw hartslag en bloeddruk worden voortdurend gecontroleerd.

De orthopedisch chirurg geeft samen met u met een viltstift de kant aan, aan welke zijde de operatie zal plaats vinden. Dit wordt gedaan om vergissingen te voorkomen.



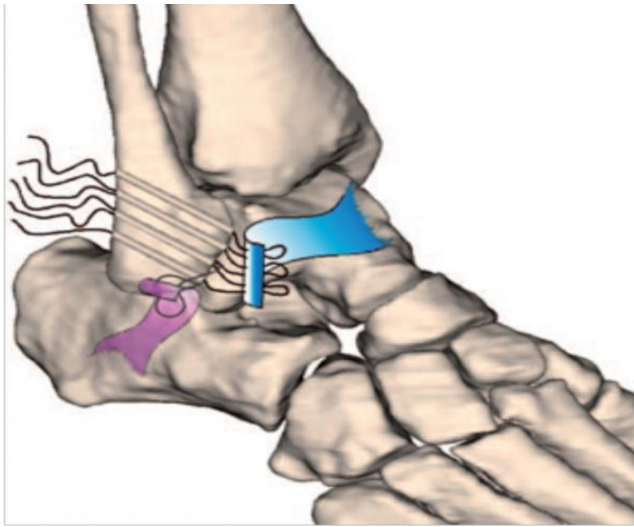
De blokverdooving en de ruggenprik worden op de voorbereidingskamer geprikt.

De operatiekamer

Op de operatiekamer wordt u opnieuw aangesloten op de bewakingsapparatuur. Uw bloeddruk, zuurstofgehalte en hartslag worden voortdurend gecontroleerd.

De operatie

- Nadat alle voorbereidende handelingen zijn uitgevoerd wordt u in rugligging of zijligging geïnstalleerd op de operatietafel.
- U krijgt antibiotica via het infuus om de kans op een infectie te verkleinen.
- Hierna wordt het operatiegebied gedesinfecteerd en afgedekt met steriele doeken.
- Vóór de operatie vindt er nog een laatste controle plaats van uw naam, geboortedatum en de uit te voeren ingreep.
- De ingreep gebeurt onder bloedleegte waarbij een strakke band om het bovenbeen wordt aangelegd om de bloedtoevoer naar het geopereerde been tijdelijk af te sluiten.
- De orthopedisch chirurg maakt aan de buitenzijde van de enkel een snee. De te slappe enkelbanden worden verkort vastgehecht aan de buitenenkel door middel van kleine ankers die in het bot vastgezet worden. Een soort 'facelift'.



De operatie duurt ongeveer **40 minuten**.

Na de operatie krijgt u onderbeengips.

U mag de enkel 2 weken niet belasten.

Het kan zijn dat het gips al direct op de operatiekamer wordt aangelegd, anders gebeurt dat later.

Soms wordt het gips zo aangebracht dat de voet naar buiten gedraaid is om de herstelde enkelbanden optimaal te laten genezen, zonder enige spanning. Deze stand wordt in de loop van de gipsperiode op de gipskamer veranderd naar een normale stand.

Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer.

Gespecialiseerde verpleegkundigen zorgen er voor dat u rustig bijkomt van de operatie. Met behulp van bewakingsapparatuur worden uw lichaamsfuncties gecontroleerd.

Terug op de afdeling

Zodra u weer voldoende wakker bent en uw conditie stabiel is, gaat u terug naar de afdeling.

Op de afdeling zal de verpleegkundige telefonisch contact opnemen met uw contactpersoon.



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

Algehele narcose	Nablijftijd 1 - 3 uur
Block verdoving	Nablijftijd 1 uur
Spinaal	Nablijftijd 4 uur U moet geürineerd hebben voor ontslag

Nadat u van de uitslaapkamer bent teruggekomen, controleren de verpleegkundigen uw lichamelijke toestand regelmatig.

- Sommige patiënten voelen zich na de operatie wat misselijk en hebben geen zin in eten. Als u zich goed voelt, mag u weer wat eten en drinken.
- In uw arm zit nog een infuus. Dit infuus blijft in uw arm totdat voldoende drinkt.

De medicatie voor de pijn kan worden aangepast als het nodig is. **Het is belangrijk dat u waarschuwt als de pijn toeneemt.**

Om trombose te voorkomen, begint u de avond na de operatie met Fraxiparine. U gebruikt deze injecties gedurende de gehele gipsperiode. De verpleegkundige leert u of uw partner hoe u zelf deze injecties kunt geven. Bij ontslag krijgt u een recept mee voor de Fraxiparine injecties.

Wanneer komt de orthopedisch chirurg langs?

Meestal spreekt u de arts tijdens of net na de ingreep. Wanneer dit niet is gebeurd, komt de orthopedisch chirurg soms nog even bij u langs voordat u naar huis gaat.

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

Controle na ontslag

Als u met ontslag gaat, krijgt u een afspraak mee voor een bezoek aan de polikliniek:

- Na 2 weken gaat u naar de **gipskamer**, hier worden de hechtingen verwijderd en krijgt u loopgips voor 4 weken dat u mag belasten.
- 6 weken na de operatie heeft u een afspraak bij de **orthopedisch chirurg** en wordt het gips verwijderd. U krijgt dan ook een machtiging voor fysiotherapie.

Na 6 weken kan de **fysiotherapeut** starten met:

- Oefeningen om de enkel te versterken;
- Weer normaal leren lopen;
- Overige beenspieroefeningen.

Vorbereiding op uw ontslag

Wanneer u zelfstandig en veilig met 2 krukken kunt lopen en het traplopen gaat goed, dan mag u naar huis.

De eerste 2 weken mag u het gips en de enkel niet belasten.

Leefregels en adviezen

- Houd uw been de eerste weken hoog, om zwelling te voorkomen.
- Loop alleen het hoognodige, om zwelling en pijn te voorkomen.

Vragen & antwoorden

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

1. Wanneer mag ik weer douchen?

Het gips mag absoluut niet nat worden.

Bij de apotheek zijn speciale hoezen verkrijgbaar waarmee u kunt douchen.

2. Hoe lang moet ik de pijnmedicatie gebruiken?

Door gebruik van de voorgeschreven medicijnen zal de zwelling na de operatie afnemen en de pijn verminderen. De pijnmedicatie krijgt u, samen met een tabletje voor de maag, voor 3 dagen voorgeschreven.

3. Hoe lang moet ik de trombose injecties gebruiken?

Tot 6 weken na de operatie blijft u de injecties gebruiken, zolang u gips heeft.

4. Wanneer mag ik weer gaan autorijden?

Wanneer u voldoende controle heeft over uw geopereerde been en zonder krukken loopt, kunt u weer zelf gaan autorijden. Met gips mag u niet autorijden, u bent dan niet verzekerd.

5. Wanneer mag ik weer fietsen?

In overleg met uw fysiotherapeut.

6. 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. Overleg dit met uw fysiotherapeut.

Mogelijke complicaties

- Ondanks de antistollingsinjecties kan er trombose ontstaan.
- Infectie aan de enkel.
- Circulatieproblemen bij te strak gips.

Wanneer moet u contact opnemen met de orthopedieconsulent?

- Als uw wond blijft lekken.
- Als u tekenen van infectie heeft zoals koorts en/of een kloppende enkel of voet.
- Als u meer pijn krijgt.
- Als uw verband zodanig knelt dat uw tenen dikker worden, verkleuren, koud worden, tintelen, pijnlijk gespannen aanvoelen of gevoelloos worden.

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 3124

E-mail: orthoconsulent@ysl.nl

Bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 16.00 uur.

Afdeling Dagverpleging – telefoon 010 – 258 5417

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

In het weekend - telefoon 010 – 258 5000

Vraag naar het avond-/nacht- of weekendhoofd.

Secretariaat orthopedie - telefoon 010 – 258 5083

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 behandel mogelijkheden.

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](#)

