Knieschijf uit de kom

(patella luxatie)

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

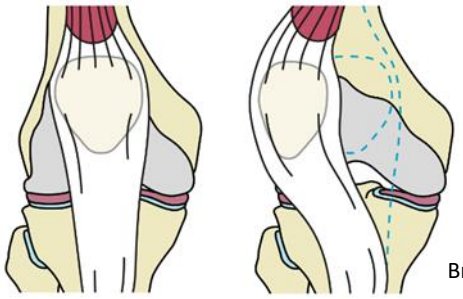
In deze folder geven wij u uitleg over de behandeling van uw knieschijf die uit de kom is geweest. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen.

Wat is een patella luxatie

Het ’uit de kom’ gaan van de knieschijf (*patella luxatie*) kan ontstaan door een direct trauma of bij sportletsels. Maar het kan ook spontaan gebeuren, zonder enige directe aanleiding.

Diagnose

Bij een patella luxatie is de knieschijf altijd naar de buitenkant van de knie ‘geschoten’ en in de meeste gevallen spontaan weer teruggegaan. In sommige gevallen moet de knieschijf worden teruggeplaatst (*repositie*). De pijn en zwelling bevinden zich echter aan de binnenkant van de knieschijf, waar de band gescheurd is. De diagnose wordt aan de hand van waarnemingen, klachten en symptomen gesteld. Vaak wordt een röntgenfoto gemaakt om een breuk uit te sluiten.



Bron: St Antonius Ziekenhuis

Conservatieve behandeling

Het terugplaatsen van uw knieschijf (indien nodig) wordt op de Spoedeisende hulp gedaan. Uw knie wordt in strekstand gebracht. Met lichte druk op de knieschijf vanaf de buitenzijde van uw been wordt uw knieschijf teruggeplaatst.

Daarna krijgt u een gipsspalk of koker om uw been en wordt pijnstilling met u besproken. U krijgt een afspraak mee voor de gipskamer.

U mag uw been met de gipsspalk of koker eromheen belasten: u mag lopen, eventueel met krukken.

Hoe loopt u met krukken

We hebben voor u een filmpje gemaakt hoe u met krukken loopt. Klik hier om het filmpje te bekijken.

Hoe loopt u trappen met krukken

We hebben voor u een filmpje gemaakt hoe u trappen loopt met krukken. Klik hier om het filmpje te bekijken.

Als u terugkomt op de gipskamer, bepaalt uw behandelend arts of u een patella brace of nogmaals een gipskoker krijgt.
Indien u een patella brace krijgt (zie onderstaande foto) dan wordt deze door de gipsverbandmeester aangelegd.

Een patella brace is een elastische kous met een ondersteuning van de knieschijf, ter voorkoming van een herhaling van de luxatie. U mag nu uw normale looppatroon met krukken weer oppakken. Het buigen van de knie is toegestaan.

U moet de brace 24 uur per dag dragen. In overleg met uw behandeld arts mag u de brace af doen bij het douchen, waarbij u uw knie gestrekt moet houden.



Bron: IJsselland Ziekenhuis

Tijdens de hele behandeling van uw letsel is het belangrijk dat u de spieren in uw aangedane been blijft oefenen door de volgende oefening te doen.

Oefening

- Ga op uw bed of op de bank liggen en til uw gehele aangedane been op vanuit de bovenbeenspieren en houd dit zolang mogelijk vast. U mag het ook met beide benen tegelijk doen.
- Herhaal dit 10x achter elkaar.
- Doe dit minimaal 3 x per dag.

Zo houdt u de bovenbeenspieren in optimale conditie.

Bij de laatste afspraak met uw behandelend arts wordt uw knie getest. Als deze voldoende stabiel is, mag de brace afblijven en mag u uw knie weer zonder ondersteuning gaan gebruiken.

Heeft u nog vragen?

Neem dan contact op met de gipskamer, telefoonnummer **010 – 258 5986**, bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 09.00 – 16.00 uur.

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**