

Stabilisatie van de schouder

Bankart repair

Stap voor stap

The logo for Ijsselland 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 de orthopedieconsulent	6
Gesprek met de anesthesioloog	8
Uw dagopname & operatie	10
Fysiotherapie	16
Vragen & antwoorden	19
Schouder immobilizer	23
Heeft u nog vragen?	24

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.*

Wat is schouderinstabiliteit en wat is de oorzaak ervan?

De schouder is een gewricht met een heel ruime bewegingsuitslag. Soms is de beweeglijkheid van de schouder te groot en spreekt men van instabiliteit.

De schouder voelt dan als het ware te los aan.

Er kunnen pijnklachten optreden tijdens gooibewegingen en het vertrouwen in de schouder is verminderd. De kop kan uit de kom schieten wanneer de arm boven schouderniveau wordt gebracht, vooral als deze beweging wat ongecontroleerd wordt uitgevoerd.

Schouderinstabiliteit kan ontstaan nadat de schouder uit de kom is geweest, bijvoorbeeld na een ongeval. We spreken dan van luxatie. Soms is een te losse schouder het gevolg van elastisch bindweefsel, zonder dat een ongeval heeft plaatsgevonden. Dit komt meestal voor bij jonge vrouwen die erg lenig zijn.

Het herhaaldelijk uit de kom schieten van de schouder is niet alleen vervelend, maar kan verdere schade toebrengen aan het schoudergewricht.

Instabiliteitsklachten kunnen behandeld worden door een fysiotherapeut (stabiliteitstraining). Wanneer dit onvoldoende resultaat heeft, kan de arts voorstellen de stabiliteit van de schouder operatief te herstellen.

Dat gebeurt door het kapsel in te korten en de kraakbeenring (labrum) opnieuw te bevestigen aan de benige kom van de schouder.

Na de operatie en de revalidatie is het instabiele gevoel bij de meeste patiënten verdwenen en kunnen sportactiviteiten weer hervat worden. Toch blijft de kans op nieuw letsel van de schouder iets verhoogd.

- De anesthesioloog moet goedkeuring geven voordat u een operatiedatum krijgt.
Het Planbureau neemt contact met u op zodra er een operatiedatum gepland kan worden.
- Enkele dagen voor de operatiedatum wordt u gebeld door het Planbureau. Van hen hoort u het tijdstip van de operatie en **hoe laat u in het ziekenhuis moet zijn.**

In afwachting van uw operatie

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 voor de operatie koorts of een wondje?

Neem dan contact op met

de orthopedieconsulent: 010 - 258 31 24.

Een ontstekingsreactie in uw lichaam kan het herstel na de operatie beïnvloeden.

Gesprek met de orthopedieconsulent

*Tijdens dit voorbereidend
(meestal telefonisch) 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 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

Enkele dagen voor de operatie hoort u het tijdstip van uw operatie 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 bij uw operatie'*.

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, kleding en toiletartikelen, maar ook aan de medicijnen die u thuis al gebruikte (in de originele verpakking).

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

Wij adviseren u na de operatie op te laten halen door iemand met een rolstoel, ook na een schouderoperatie! In de centrale hal staan rode rolstoelen, die u met een € 2,- muntstuk los kunt koppelen en mee kunt nemen naar de afdeling. Na gebruik kunt u de rolstoel weer terugzetten en krijgt u het muntstuk terug.

De laatste voorbereidingen op uw operatie

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

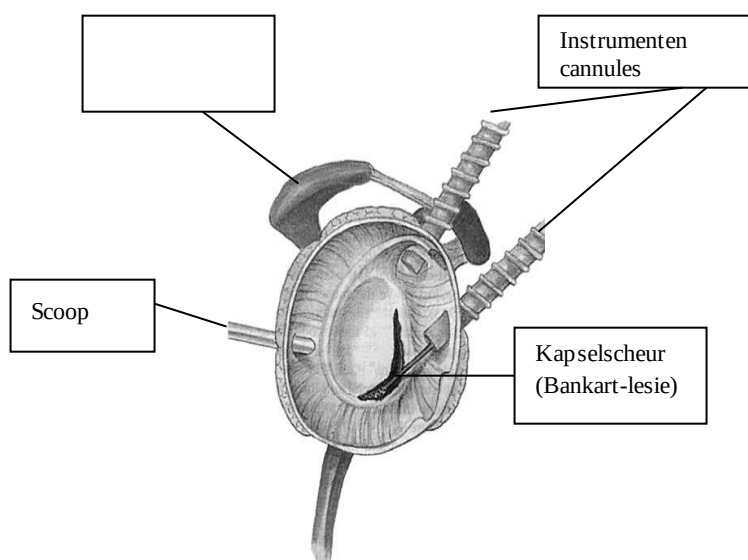
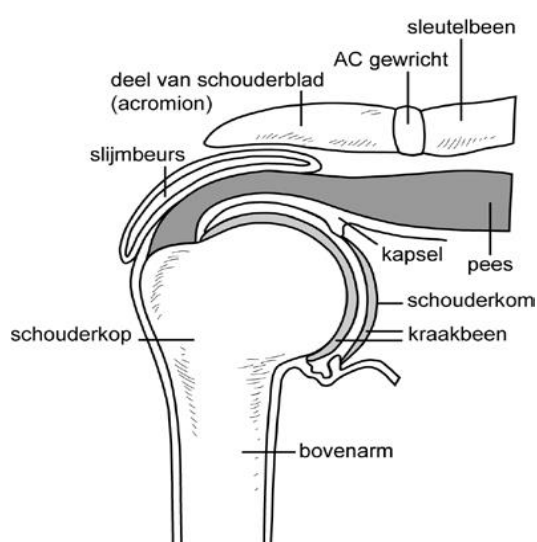
Hoe verloopt de operatie?

Het doel van de operatie is het stabiliseren van het schoudergewricht. Dit gebeurt via een open én via een kijkoperatie (= artroscopie), waarbij de beschadigde kraakbeenring (labrum) met kapsel wordt teruggeplaatst op de rand van de schouderkom.

Deze methode wordt ook wel een Bankartrepair genoemd.

In een aantal gevallen blijkt dat er een dusdanige beschadiging is opgetreden van het kapsel, het labrum (kraakbeenring) en soms van de schouderkom, dat het niet mogelijk is dit te herstellen.

De verdere behandelmogelijkheden worden dan tijdens de controle op de polikliniek door de orthopedisch chirurg met u besproken.



Hoe lang duurt de operatie?

De operatie duurt gemiddeld 60 tot 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 verpleegafdeling.

Terug op de afdeling

Zodra u terug bent op de afdeling, zal de verpleegkundige telefonisch contact opnemen met uw contactpersoon.

De nablijftijd is ongeveer 1 tot 3 uur.

- 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. 23). Deze wordt gedurende 6 weken gedragen.
- De wond is gehecht en afgedekt met een **wondpleister**.

Hoe lang moet ik in het ziekenhuis blijven?

In principe mag u dezelfde dag naar huis. In sommige gevallen kunt u nog niet direct naar huis en wordt u overgeplaatst naar de verpleegafdeling Orthopedie. Als dit voor u geldt, zal de orthopedisch chirurg dit toelichten.

Controle 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.

Medicatie

De medicatie tegen de pijn kan worden aangepast als dat nodig is. Het is belangrijk dat u waarschuwt als de pijn erger wordt.

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, zal de orthopedisch chirurg de fysiotherapie met u bespreken. U krijgt dan meteen van de orthopedisch chirurg een machtiging voor uw eigen fysiotherapeut mee.

De volgende oefeningen mag u de eerste 2 weken zelf doen:

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 veertien dagen verwijderd zijn, neemt de roodheid langzaam af. Gebruik rond de wond geen crème.

2. Wanneer mag ik weer douchen?

Als de wond droog is mag uw douchen. Meestal is dit 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 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.

6. Hoe lang moet ik de Immobilizer draagband gebruiken?

De Immobilizer moet u nog 6 weken na ontslag uit het ziekenhuis dragen.

7. Wanneer mag ik mijn arm weer volledig gebruiken?

Vanaf zes weken na de operatie mag u de arm geleidelijk aan weer zelf gaan bewegen. Uw behandelend fysiotherapeut zal u hierbij begeleiden. Wanneer u de arm weer volledig kunt gebruiken is per patiënt verschillend.

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?

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!

Na 6 weken - wanneer u voldoende controle heeft over uw schouder - kunt u weer zelf autorijden.

11. 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.

12. Wanneer mag ik mijn eigen antistolling hervatten?

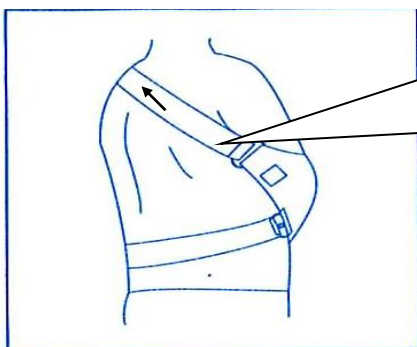
Deze medicatie mag de dag na de operatie weer hervat worden. In alle andere gevallen zal uw orthopedisch chirurg u hierover inlichten.

13. Wanneer moet ik contact opnemen met de orthopedieconsulente?

- als uw wond gaat lekken;
- als uw schouder of de huid extreem pijnlijk / rood en warm aanvoelt;
- als u koorts krijgt ($> 38,5^{\circ}\text{C}$).

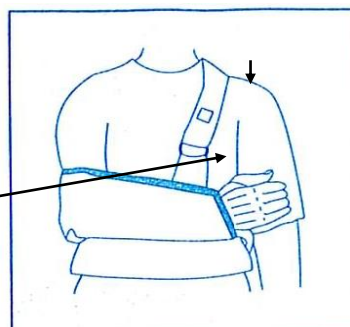
Schouderimmobilizer

Bovenband



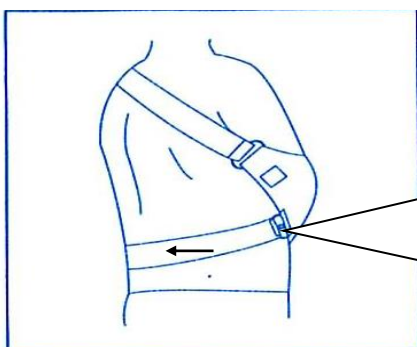
Zijaanzicht

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

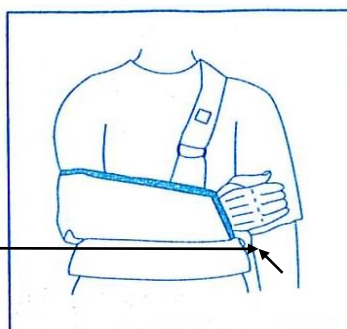


Vooraanzicht

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 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](#)