

Arthroscopie (kijkoperatie) van de knie

Inleiding

Met uw orthopedisch chirurg heeft u afgesproken dat u binnenkort een arthroscopie (kijkoperatie) van uw knie ondergaat. In deze folder leest u wat deze ingreep inhoudt en wat de gang van zaken is rondom een arthroscopie. Om te beginnen krijgt u een overzicht van praktische zaken die u het beste vóór de operatie kunt regelen.

Vorbereidingen thuis

- Na de ingreep mag u niet zelf autorijden of alleen met het openbaar vervoer reizen. Regelt u dus dat iemand u komt ophalen.
- Als u weer thuis bent, moet u het een tijdje rustig aan doen. Het is daarom verstandig om na te gaan wie er in uw directe omgeving kan helpen, bijvoorbeeld met huishoudelijk werk. Wanneer dit problemen geeft, belt u dan de Zorglijn van Vierstroom (telefoon: (0182) 59 45 00) of een andere stichting voor maatschappelijke dienstverlening.
- Na de operatie heeft u (elleboog)-krukken nodig. Haalt u deze krukken al vóór de ingreep in huis. U kunt krukken lenen bij een kruisvereniging, bijvoorbeeld Vierstroom.

Waarom een arthroscopie?

Als u last hebt van uw knie kan dit verschillende oorzaken hebben. Zo kunt u klachten hebben door bijvoorbeeld: gescheurd kraakbeen, een gescheurde meniscus, slijtage van uw knie of een ontsteking van uw knie. Voor een deel kunnen deze beschadigingen worden geconstateerd door lichamelijk onderzoek en/of röntgenfoto's. Met behulp van een arthroscopie kan uw knie nauwkeurig van binnen worden bekeken en eventueel kan

een en ander worden hersteld zodat uw klachten verdwijnen.

Wat is een arthroscopie?

De arthroscopie is een kijkoperatie die plaatsvindt onder regionale- (ruggenprik) of algehele verdoving.

Na de verdoving maakt de specialist een kleine snee in de huid van uw knie en brengt de zogenoemde arthroscoop naar binnen. Een arthroscoop is een smalle buis van 2 tot 8 millimeter doorsnede met een kleine videocamera en een lichtkabel. Door de kabel wordt licht geleid naar het uiteinde van de arthroscoop in de knie. Via de kleine camera verschijnt een beeld van uw knie op een televisiescherm dat in de operatiekamer is opgesteld.

Tijdens de arthroscopie wordt, eventueel via een aparte snee, uw knie met vocht gevuld. Hierdoor komt er meer ruimte in uw knie en kan deze continu worden gespoeld. Om een helder beeld te houden, wordt de ingreep onder 'bloedleegte' uitgevoerd. Dat wil zeggen dat het bloed uit het operatiegebied wordt weggestreken en met een opgepompte bloeddrukband om uw bovenbeen wordt dit gebied 'bloedleeg' gehouden.

Onderzoek én vaak direct behandeling

Het is de bedoeling te kijken of er afwijkingen in uw knie zijn. Als het mogelijk is, wordt de afwijking direct verholpen. Tijdens de arthroscopie ziet de specialist namelijk de gewrichtsvlakken (het kraakbeen) en de 'weke delen', zoals meniscus, slijmvlies en kruisbanden. Via één of meerdere kleine sneetjes kan de (orthopedisch) chirurg verschillende soorten instrumenten in uw knie inbrengen, zoals schaarstjes, tasthaakjes of

paktangetjes. Hiermee kan bijvoorbeeld een kapotte meniscus worden losgeknipt of stukjes los kraakbeen worden verwijderd. Soms is het niet mogelijk om de beschadiging met behulp van een arthroscopie te behandelen. Dan is er toch een 'open' operatie (met een grotere wond) noodzakelijk. Hiervoor wordt vaak een aparte afspraak gemaakt, zodat dit met u kan worden besproken.

Voor- en nadelen van een arthroscopie

Een arthroscopie heeft veel voordelen ten opzichte van een 'open' operatie. De arthroscopie wordt meestal in dagbehandeling uitgevoerd. Dat betekent dat u in principe maar één dag in ons ziekenhuis verblijft en dat u in het algemeen weer spoedig op de been bent. De kleine sneetjes, al dan niet gesloten met een hechting, geven een mooier litteken dan de grote wond bij een 'open' operatie. Bovendien is met zulke sneetjes een sneller herstel mogelijk dan met een grote wond. In veel gevallen kunt u weer vlug naar uw werk of naar school. Iedere arthroscopie blijft wel uniek. Omdat er verschillende soorten beschadigingen bestaan, zal ook het tempo van de revalidatie per patiënt anders zijn. Zoals gezegd is het niet altijd mogelijk om tijdens de arthroscopie de afwijkingen te verhelpen en volgt later een 'open' operatie. Dit kan als een nadeel worden gezien.

Duur van de arthroscopie

Een arthroscopie duurt ongeveer 20 à 45 minuten.

Risico's van een arthroscopie

Geen enkele operatie is zonder risico's, daarom zijn ook bij een arthroscopie de normale complicaties van een operatie aanwezig:

- Na een arthroscopische operatie blijft uw knie soms nog een paar weken dik. Het gewrichtsslijmvlies is dan geïrriteerd. U kunt daardoor soms extra behandeling nodig hebben door de fysiotherapeut of u krijgt medicijnen voorgeschreven.
- Ook kan infectie optreden. Dit is een vervelende complicatie, omdat de ontsteking het gewricht kan beschadigen

en vaak weer een operatie noodzakelijk is. Het gewricht wordt dan gespoeld.

- Omdat er ook bij de arthroscopie sneden in uw huid worden gemaakt, is het mogelijk dat er een huidzenuw wordt beschadigd. De huid eromheen kan daarna een beetje dovig zijn of juist extra gevoelig. De ervaring leert dat deze klachten meestal in de loop van de tijd verdwijnen of geen last meer geven.
- Omdat de arthroscopie onder 'bloedleegte' plaatsvindt, bestaat er een zeer kleine kans dat tijdens de operatie of kort daarna een vorm van bloedstolsel (trombose) optreedt. Dit risico is wel afhankelijk van enkele factoren zoals roken, suikerziekte en het gebruik van de anticonceptiepil. Ook als u al eens trombose heeft gehad, heeft u een verhoogde kans. Wij verzoeken u daarom dringend om door te geven als u een verhoogde kans op trombose denkt te hebben op grond van bovenstaande factoren. U krijgt in dit geval na de operatie de eerste 6 weken bloedverdunnende medicijnen voorgeschreven.

Vorbereiding op de opname

Voor de voorbereiding op de operatie verwijzen we naar onze folder *Anesthesie* die u bij de inschrijving voor opname hebt ontvangen. Hierin staan de voorschriften beschreven voor eten en drinken op de dag van de operatie. Diabetespatiënten krijgen aangepaste voorschriften.

Het is verstandig om gemakkelijke kleding en goede schoenen aan te trekken.

Vergeet u niet uw krukken mee te nemen naar het ziekenhuis?

De opname

Na de operatie wordt uw knie verbonden en wordt u naar de uitslaapkamer gereden. De verpleegkundigen houden uw ademhaling, polsslag en bloeddruk in de gaten. Zijn deze goed, dan mag u terug naar de verpleegafdeling en krijgt u wat te eten en drinken.

Voordat u ons ziekenhuis verlaat, ontvangt u de folder *Instructies na een kijkoperatie van de knie*. Daarin leest u hoe u uw knie mag

gebruiken, welke oefeningen goed zijn en welke bewegingen u beter kunt vermijden.

Na de operatie

Als u het ziekenhuis mag verlaten krijgt u eventueel een recept mee voor pijnstillers. Als dit het geval is, is het belangrijk dat u deze medicijnen zeker één week inneemt. Deze medicijnen helpen namelijk niet alleen de pijn te bestrijden, maar hebben ook een ontstekingsremmende werking. Ook krijgt u de folder *Adviezen thuis voor na een operatie* mee, hierin vindt u informatie over wat u thuis wel en niet mag doen.

De eerste dagen zijn lichte pijnverschijnselen in het operatiegebied normaal. Ook een lichte zwelling van uw knie is gebruikelijk. Neemt u in elk geval zo spoedig mogelijk contact op als:

- U koorts krijgt (dat wil zeggen een temperatuur hoger dan 38,5° Celsius);
- U een dik been krijgt dat rood en gevoelig is met veel pijn in de kuit.

Soms is het beter als u uw knie een tijdje helemaal niet beweegt. In dat geval krijgt u een gipsverband met gipsinstructie. Een enkele keer zit het gips te strak; u krijgt dan een doof en tintelend gevoel onder het gips. In dat geval raden wij u aan om naar de afdeling Spoedeisende Hulp van ons ziekenhuis te komen.

Let op!

Als zich thuis complicaties voordoen, neemt u contact op met uw huisarts of met uw behandelend specialist via het algemene nummer van het ziekenhuis, telefoonnummer (0182) 50 50 50. Bij acute problemen kunt u ook bellen met de Spoedeisende Hulp op de Bleulandlocatie, telefoonnummer (0182) 50 53 27.

Controle

Bij een controlebezoek op de polikliniek bekijkt de orthopedisch chirurg uw knie en verwijdert eventuele hechtingen. Ook bespreekt de specialist met u het verdere revalidatieprogramma.

Gevolgen voor uw werk

Vraagt u zich af of de kijkoperatie gevolgen heeft voor het uitvoeren van uw werk? Overleg dan met uw bedrijfsarts. Op verzoek van de bedrijfsarts kan de specialist informatie over de ingreep uitwisselen met uw bedrijfsarts. Zo wordt duidelijk of en zo ja, welke (tijdelijke) beperkingen u heeft. Om uw privacy te beschermen is uw toestemming nodig voor overleg tussen uw specialist en uw bedrijfsarts.

De bedrijfsarts begeleidt de terugkeer naar uw werk. Daarom is het belangrijk dat deze op de hoogte is van uw behandeling. Afspraken over uw werk zullen soepeler lopen als u uw bedrijfsarts al voor de ingreep of zo spoedig mogelijk erna op de hoogte brengt. U kunt uw bedrijfsarts spreken op het arbeidsomstandighedensprekuur van de arbodienst van uw werk. Bij de arbodienst kan men u vertellen hoe u een bezoek aan dit spreekuur kunt regelen. Dit spreekuur kunt u ook bezoeken als u nog gewoon werkt. Zo komt u te weten of er gevolgen zijn voor uw werk.

Vragen of meer informatie?

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: www.ghz.nl. Ook kunt u dagelijks bellen naar het algemene informatienummer: (0182) 50 50 50.

Hebt u na het lezen van deze folder vragen over de arthroscopie of bent u ongerust, aarzelt u dan niet om contact met ons op te nemen:

- Secretariaat Orthopedie: (0182) 50 55 83 (van maandag tot vrijdag van 9.00 tot 10.00 uur en van 13.30 tot 14.30 uur).
- Kortdurend Verblijf Afdeling: (0182) 50 54 34 (van maandag 7.00 uur t/m zaterdag 12.00 uur).

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
maart 2014
04.12.009