

Operatie aan de voorste kruisband

Informatie over uw behandeling bij het Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

informatie

Inhoudsopgave

Inleiding	pag. 2
1. De knie	pag. 3
1.1 Aanleiding voor de operatie	
1.2 De knie	
1.3 De voorste kruisband	
2. De pre-operatieve screening	pag. 6
3. Uw voorbereidingen thuis	pag. 7
4. De dag van de operatie	pag. 9
4.1 Waar moet u rekening mee houden?	
4.2 De opname	
4.3 De operatie	
4.4 Na de operatie	
4.5 Naar huis	
4.6 Complicaties	
4.7 Controle op de polikliniek	
5. Adviezen na de operatie	pag. 16
5.1 Revalidatie	
5.2 Overige adviezen	
6. Tot slot	pag. 18
6.1 Telefoonnummers Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer	
6.2 Hulpmiddelen huren of kopen	

Inleiding

U wordt binnenkort in het Albert Schweitzer ziekenhuis opgenomen voor een operatie aan de voorste kruisband. De operatie vindt in dagbehandeling plaats. Dit betekent dat u nog dezelfde dag weer naar huis gaat.

In deze folder leest u meer over de voorbereidingen, de opname in het ziekenhuis en de revalidatie. In hoofdstuk 6 staat vooral praktische informatie, zoals telefoonnummers van de verschillende afdelingen en hulpverleners.

Het is belangrijk dat u goed weet waarom deze operatie plaatsvindt, wat de operatie inhoudt en hoe het herstel na de operatie verloopt. Daarom geven we u in deze folder daar informatie over. Zo kunt u thuis nog eens alles rustig nalezen en kunt u zich goed voorbereiden op uw operatie.

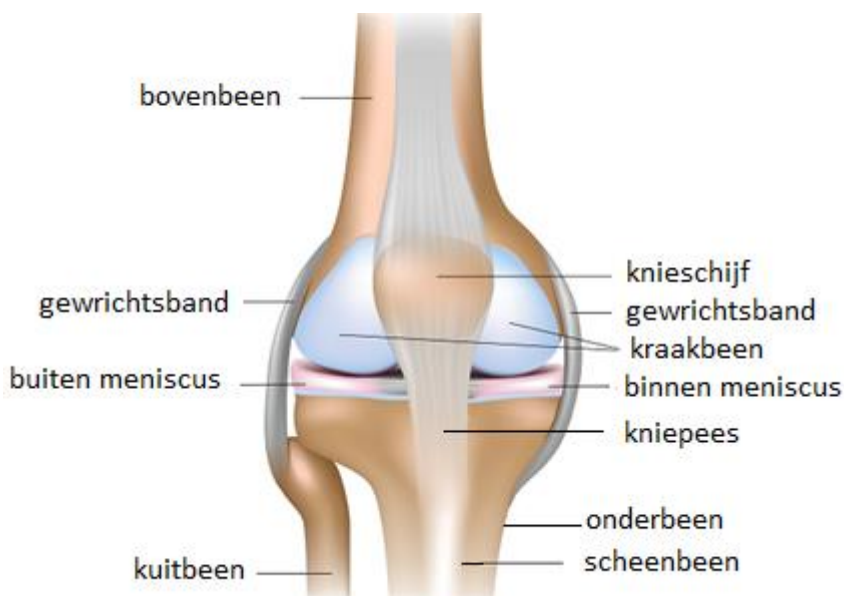
1. De knie

1.1 Aanleiding voor de operatie

De orthopeed heeft met u besproken dat u een operatie aan de voorste kruisband krijgt. Tijdens deze operatie wordt de beschadigde voorste kruisband vervangen door een of twee pezen van de hamstring of door een derde van de kniepees (het middelste deel). De orthopedisch chirurg heeft met u op de polikliniek Orthopedie besproken welke methode in uw geval de beste keus is.

1.2 De knie

De knie bestaat uit vier delen: bovenbeen, knieschijf, kuitbeen en scheenbeen.



Afb. 1: Vooraanzicht gezonde rechterknie.

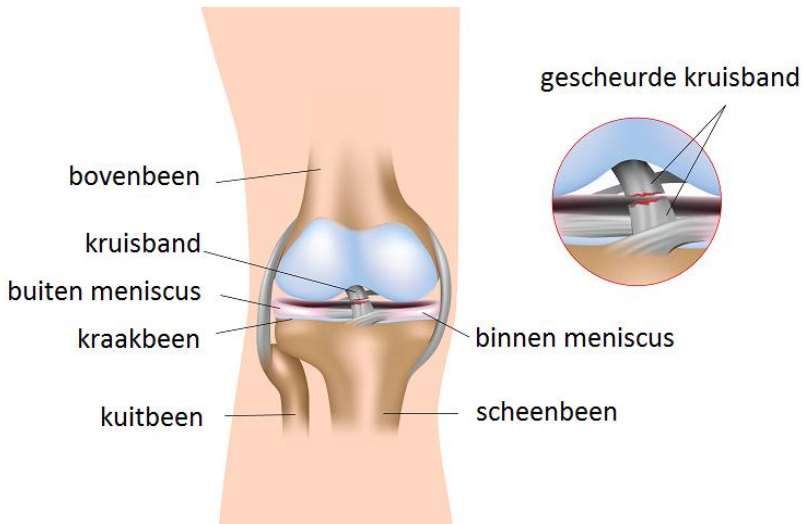
De uiteinden van bovenbeen, scheenbeen en knieschijf zijn bekleed met kraakbeen. Hierdoor kan de knie soepel scharnieren. Tussen het bovenbeen en scheenbeen zitten ook de binnen- en buitenmeniscus. Deze hebben de vorm van een halvemaan. Ze bestaan uit elastisch kraakbeen en werken als schokdemper. Door hun vorm helpen ze ook de knie stabiel te houden bij buig- en draaibewegingen.

De binnen- en buitenband van de knie en de voorste en achterste kruisband zorgen voor stabiliteit van de knie. De gewrichtsbanden aan de zijkant van de knie zorgen voor stabiliteit in zijwaartse richting. De twee kruisbanden zorgen voor stabiliteit in voor- en achterwaartse richting en bij het draaien van de knie. De spierkracht is daarvoor vanzelfsprekend ook belangrijk.

De binnenzijde van de knie is bekleed met een slijmvlieslaag, het zogeheten synovium. Het synovium maakt gewrichtsvocht dat het kniegewricht smeert, het kraakbeen voedt en de gewrichtsoppervlakten soepel en met weinig weerstand over elkaar laat glijden.

1.3 De voorste kruisband

De voorste kruisband kan scheuren, bijvoorbeeld tijdens het sporten of bij een ongeluk. Als de knie daardoor niet meer voldoende stabiel aanvoelt, is een operatie nodig. Deze operatie wordt een voorste kruisband reconstructie genoemd. De bedoeling is om daarmee de knie weer stabiel te maken.



Afbeelding 2: Vooraanzicht rechterknie; de kruisband is gescheurd.

2. De pre-operatieve screening

Voordat u geopereerd kunt worden, beoordeelt de anesthesioloog of u de operatie lichamelijk aankunt. Dit heet de 'pre-operatieve screening' (onderzoek voor de operatie).

De anesthesioloog stelt u een aantal vragen over uw conditie en uw gezondheid. Ook vertelt de anesthesioloog welke vorm van anesthesie u zult ondergaan.

In de folder 'Anesthesie en pre-operatieve screening' vindt u meer informatie. U heeft deze folder gekregen op de polikliniek Orthopedie.

3. Uw voorbereidingen thuis

Voordat u geopereerd wordt is het belangrijk dat u een aantal dingen weet of geregeld heeft.

U heeft doorgekregen in welke week geopereerd wordt of heeft een indicatie gekregen van de wachttijd. De operatie vindt plaats tijdens een dagopname. U gaat dus dezelfde dag weer naar huis.

Een werkdag voor de operatie bellen

U belt 1 werkdag voor de operatie tussen 15.00 -16.00 uur naar de verpleegafdeling van het Orthopedisch Centrum. Dan hoort u op welke tijd we u in het ziekenhuis verwachten. Als u op maandag wordt geopereerd, dan belt u de vrijdag ervoor.

Vooraf vervoer naar huis regelen

Wij adviseren u het vervoer naar huis al te regelen voor uw opname. U mag zelf geen voertuig besturen na de operatie.

Vorbereiden op de situatie na de operatie

Het is verstandig dat u zich vooraf thuis voorbereidt op de situatie na uw operatie.

Stelt u zich uw dagelijkse activiteiten voor, terwijl u uw been nog niet volledig kunt gebruiken. Verwacht u bijvoorbeeld problemen met lopen, wassen of aankleden? Bespreek dit dan met de intakeverpleegkundige, tijdens het telefonisch spreekuur. Tijdens uw opname kan zorg thuis niet meer geregeld worden. Het telefoonnummer van de intakeverpleegkundige vindt u in hoofdstuk 6.

Het belasten van uw knie na de operatie

Na de operatie mag u in de eerste week de geopereerde knie slechts aantippend (voorzichtig) belasten. Daarna mag u de belasting verder opbouwen, waarbij de eerste 2 weken tot 50% en daarna opbouwend naar 100% in 2 weken. U loopt gedurende deze weken met elleboogkrukken.

Vooraf elleboogkrukken huren of kopen

U kunt de elleboogkrukken vooraf huren of kopen bij een thuiszorgorganisatie of zorg hulpmiddelenwinkel. De contactgegevens van een aantal van deze organisaties vindt u in hoofdstuk 6.

U neemt op de dag van uw operatie de elleboogkrukken mee naar het ziekenhuis.

Voor de ingreep heeft u wellicht al met krukken gelopen vanwege het ongeval. Na de operatie zal de fysiotherapeut de mate van belasting met u oefenen. Vindt u dit moeilijk? Of heeft u er vragen over? Neem dan contact op met de afdeling Fysiotherapie van het ziekenhuis. De telefoonnummers vindt u in hoofdstuk 6.

4. De dag van de operatie

4.1 Waar moet u rekening mee houden?

Nuchter zijn

Tenzij de anesthesioloog iets anders met u afspreekt, houdt u zich aan de volgende afspraken:

- U mag op de avond voor de operatie vanaf 24.00 uur niets meer eten. Ook mag u niet meer roken.
- **Wordt u vóór 13.00 uur geopereerd?**
Dan mag u op de ochtend van de operatie tot 06.00 uur nog water, thee of zwarte koffie drinken (eventueel met suiker), maar niet meer dan 200 ml.

Wordt u ná 13.00 uur geopereerd?

Dan mag u op de ochtend van de operatie tot 10.00 uur nog water, thee of zwarte koffie drinken (eventueel met suiker), maar niet meer dan 200 ml.

U mag 2 uur voor de operatie geen *kauwgom* meer kauwen.

Meer informatie kunt u vinden in de folder 'Anesthesie en pre-operatieve screening'

Medicijngebruik

Gebruikt u medicijnen? De orthopeed of de anesthesioloog bespreekt met u of u daar voor de operatie mee moet stoppen. Als u uw medicijnen gewoon mag innemen, dan mag u ook daarbij een slokje water nemen.

Wat mag niet tijdens de operatie?

Op de dag van de operatie mag u geen *bodylotion* gebruiken. Tijdens de operatie mag u geen *sieraden*, *piercings*, *nagellak*, *kunstnagels* en *make-up* dragen. Ook *contactlenzen* en een *gebitsprothese* mogen niet mee naar de operatiekamer.

Ziet u heel slecht zonder bril, of hoort u heel slecht zonder gehoorapparaat? Dan mag u uw bril en/of gehoorapparaat in een bakje leggen dat aan uw bed hangt. In de uitslaapkamer kunt u dan uw bril meteen weer opzetten en/of uw gehoorapparaat in doen.

Wat neemt u mee naar het ziekenhuis?

U neemt alle medicijnen die u gebruikt in de originele verpakking mee naar het ziekenhuis. Vergeet ook uw elleboogkrukken niet. Laat waardevolle spullen, zoals sieraden zoveel mogelijk thuis. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk bij verlies of diefstal.

4.2 De opname

De verpleegafdeling

U meldt zich op de afgesproken tijd in het ziekenhuis op de verpleegafdeling van het Orthopedisch Centrum. Een verpleegkundige legt u de gang van zaken uit op de afdeling.

Beleving

We proberen zo goed mogelijk aan te geven wat u kunt verwachten aan ongemak of pijn als u een behandeling krijgt. Toch beleeft ieder mens dat anders en op zijn eigen manier. Vertel het ons als u ergens tegenop ziet of ongerust bent, dan kunnen we daar nog extra rekening mee houden.

Vorbereidingen op de operatie

Uw temperatuur, hartslag en bloeddruk worden gemeten. U wordt verder voorbereid op de operatie en krijgt een operatiejasje aan.

4.3 De operatie

Op de operatieafdeling krijgt u een infuus in uw arm. De operatie vindt plaats onder algehele anesthesie (narcose) of plaatselijke anesthesie, bijvoorbeeld via een ruggenprik. In de folder 'Anesthesie en pre-operatieve screening' vindt u hier meer informatie over.

Voordat de operatie begint wordt u op de bewakingsapparatuur aangesloten. Daarmee houdt de anesthesioloog uw bloeddruk, pols en ademhaling tijdens de operatie goed in de gaten.

De orthopeed maakt een snede aan de voorkant van de knie. Via deze snede maakt hij een of twee hamstringpezen los om als nieuwe kruisband te gebruiken. Soms wordt om medische redenen de kniepees gebruikt. Met de hamstring- of kniepees maakt de orthopeed een bundel, waarmee de gescheurde kruisband wordt vervangen.

Kijkoperatie

Het herstel van de voorste kruisband wordt via een kijkoperatie gedaan. Er worden daarbij drie kleine sneetjes van ongeveer 1 centimeter in de knie gemaakt.

- Via het eerste sneetje gaat de arthroscoop met spoelvocht de knie binnen. De arthroscoop is een klein buisje dat via een videocamera met een monitor is verbonden.
- Via een tweede sneetje worden de instrumenten in de knie gebracht om de operatie uit te voeren.
- Via het derde sneetje wordt een 'boortunnel' gemaakt voor de nieuwe kruisband.

Eerst worden de resten van de oude kruisband verwijderd. Op de plaats van de oorspronkelijke kruisband wordt de nieuwe kruisband geplaatst. Die nieuwe band vormt een dikke, stevige bundel midden in de knie.

Tijdens de operatie van de kruisband bekijkt de orthopeed ook de gehele knie en behandelt ook eventuele beschadigingen van kraakbeen en meniscus. Sommige meniscusscheuren kunnen zelfs worden gehecht.

De operatie duurt ongeveer 90 minuten.

4.4 Na de operatie

Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer (de 'verkoeverkamer'). Hier houden we uw hartslag, bloeddruk, ademhaling en de wondjes in de gaten. We zullen u regelmatig vragen of u pijn heeft of misselijk bent.

U krijgt via een infuus vocht toegediend. Als het nodig is krijgt u extra zuurstof via een slangetje in uw neus.

Zodra u goed wakker bent en de controles stabiel zijn, brengen we u terug naar de verpleegafdeling.

Het infuus wordt afgekoppeld; maar het infuusnaaldje blijft nog even zitten.

U krijgt uw eigen kleding weer aan en u mag weer eten en drinken. U kunt uw familie bellen dat u weer terug bent op de afdeling. U mag ook vragen of de verpleegkundige dit voor u wil doen.

Gesprek met de orthopeed

Na de operatie komt de orthopeed bij u langs. Hij vertelt hoe de operatie is gegaan. U krijgt een recept voor pijnstilling in tabletvorm mee. Deze pijnstillers kunt u halen bij de Poliklinische Apotheek van ons ziekenhuis. De verpleegkundige op de afdeling informeert u hierover.

Fysiotherapie

De fysiotherapeut in het ziekenhuis komt tijdens de opname bij u langs en geeft u richtlijnen voor houding, beweging en oefen-therapie. De fysiotherapeut neemt in grote lijnen de revalidatie met u door. Ook oefent hij het lopen met de elleboogkrukken met u en indien nodig het traplopen.

Bloedverdunnende injecties

U krijgt een bloedverdunnende injectie om de kans op trombose te verminderen. U heeft deze injectie dagelijks nodig, 2 weken lang.

De verpleegkundige leert u hoe u zelf de injectie kunt geven. Wilt u dit niet? Dan kan uw partner of een naaste het doen. De injecties kunt u halen bij de Poliklinische Apotheek in de centrale hal van het ziekenhuis. U krijgt hiervoor een recept mee van de orthopeed.

4.5 Naar huis

Als u zich weer goed voelt, mag u na de operatie naar huis. We noemen dit 'met ontslag'. Voordat u met ontslag gaat, neemt de verpleegkundige met u de ontslagpapieren door. Deze bestaan uit:

- Een afspraak voor de polikliniek Orthopedie
- Een overzicht van uw medicijnen
- De medicijnen die zijn voorgeschreven in het ziekenhuis (deze krijgt u mee naar huis)
- Een verpleegkundige overdracht (als u thuiszorg gaat krijgen)
- De folder 'informatie voor thuis'
- Een machtiging fysiotherapie
- Een overdracht voor de fysiotherapeut buiten het ziekenhuis

De orthopeed stuurt uw huisarts een brief. Hierin stelt hij de huisarts op de hoogte van uw operatie.

4.6 Complicaties

De operatie is omringd met veel voorzorgsmaatregelen. De kans op complicaties is daarom klein en treden bij een operatie aan de knie zelden op. Toch kunnen er bij iedere operatie complicaties optreden.

Bel direct bij (twijfel over) de hierna genoemde complicaties.

Op werkdagen belt u naar de polikliniek van het Orthopedisch Centrum, tel. (078) 652 32 70. We zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 08.00 -17.00 uur.

Heeft u buiten kantooruren last van één of meer van onderstaande complicaties, bel dan rechtstreeks naar de verpleegafdeling van het Orthopedisch Centrum, tel. (078) 654 11 45.

Complicaties

- *Infectie*, bij een of meer symptomen:
 - Toename van zwelling en roodheid in het operatiegebied
 - Toename wondvocht
 - Verandering in kleur en geur van het wondvocht
 - Toename pijn
 - Koorts (hoger dan 38°C)
- *Trombose* (een verstopping in een bloedvat) kan ontstaan omdat u tijdens en na de operatie veel stilligt. Een of meer symptomen zijn:
 - Als uw kuit dik, rood, glanzend, gespannen en pijnlijk aanvoelt.
 - Als u uw tenen niet naar uw neus kunt optrekken.Wanneer dit niet behandeld wordt, kan er een stolsel naar de longvaten (longembolie) of hersenvaten schieten. Dit kan ernstige gevolgen hebben.
- *Longembolie*, bij een of meer symptomen:
 - Pijn op de borst
 - Moeilijk ademhalen of een versnelde ademhaling
 - Benauwd
 - Transpiratie
 - Verwardheid
- *Nabloeding*, bij onderstaand symptoom:
 - Toename van het bloed in het verband. De kleur is dan helderrood.

4.7 Controle op de polikliniek

Bij uw ontslag krijgt u een afspraak mee voor een controlebezoek op de polikliniek Orthopedie. Dit bezoek vindt ongeveer 2 weken na de operatie plaats. De wond wordt gecontroleerd en de eventueel aanwezige hechtingen worden verwijderd.

5. Adviezen na de operatie

5.1 Revalidatie

Na de operatie moet u revalideren. U neemt contact met uw eigen fysiotherapeut en vervolgt daar uw verdere revalidatie.

U krijgt u een overdracht mee met informatie over de operatie en de revalidatie. Deze is bedoeld voor de fysiotherapeut die u na uw ontslag gaat begeleiden. Ook krijgt u een folder mee waarin uitleg van de revalidatie en oefeningen staan die u de eerste fase van de revalidatie mag doen.

U loopt na de operatie ongeveer 3 - 4 weken met krukken, uw fysiotherapeut helpt u in het afbouwen van de krukken op basis van de stabiliteit en reactie in uw knie.

De fysiotherapeut begeleidt in welke oefeningen u wel of (nog) niet mag doen.

Een hersteloperatie van een voorste kruisband geeft een lange revalidatie. We raden u aan om niet eerder dan 9 maanden weer aan teamsporten te gaan doen.

Houdt u er rekening mee dat de eerste twintig behandelingen bij de fysiotherapeut buiten het ziekenhuis uit uw aanvullende verzekering komen. Uw zorgverzekeraar kan u hierover informeren.

5.2 Overige adviezen

Autorijden

U moet er rekening mee houden dat u door uw operatie een bepaalde periode niet mag autorijden, omdat u de pedalen niet goed kunt gebruiken.

U bent zélf verantwoordelijk voor de beslissing of u voldoende hersteld bent en weer voldoende kracht in uw benen heeft om de pedalen te gebruiken. Ook moet u adequaat kunnen reageren in onverwachte situaties.

De operatie geeft u geen recht op een taxivergoeding.

Weer aan het werk

Werkt u? Dan kunt u met de orthopeed bespreken welke gevolgen de behandeling heeft voor uw werk.

De orthopeed kan informatie over uw behandeling uitwisselen met de bedrijfsarts van het bedrijf of de organisatie waar u werkt. In verband met uw privacy mag hij dit niet doen zonder uw toestemming.

De bedrijfsarts begeleidt u bij de terugkeer naar uw werk. Daarom is het belangrijk dat uw bedrijfsarts op de hoogte is van uw aandoening en de behandeling. Afspraken over uw werk verlopen vaak soepeler als u de bedrijfsarts al voor de operatie informeert.

6. Tot slot

Heeft u na het lezen van de folder nog vragen? Bel dan gerust naar het Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer. Wij beantwoorden uw vragen graag.

6.1 Telefoonnummers Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer

- **Polikliniek**

De polikliniek Orthopedie is bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 08.00 -17.00 uur, (078) 652 32 70.

- **Polikliniek Pre-operatieve Screening**

De polikliniek Pre-operatieve Screening is bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 08.30 -17.00 uur, (078) 65 41 332.

- **Intakeverpleegkundige**

Als u vragen heeft over de pre-operatieve screening of over de nazorg, kunt u bellen met de intakeverpleegkundige. Het telefonisch spreekuur is op dinsdag- en vrijdagochtend tussen 09.00 -12.00 uur, (078) 65 23 187.

Heeft u dringende vragen of zijn de verpleegkundigen niet bereikbaar, dan kunt u bellen naar de afdelingssecretaresse, (078) 654 11 45. U wordt dan zo spoedig mogelijk teruggebeld.

- **OK-planning**

Heeft u vragen over de OK-planning? Bel dan op maandag t/m vrijdag van 08.00 -16.30 uur naar tel. (078) 652 35 34.

- **Verpleegafdeling**

U kunt de verpleegafdeling bellen om te vragen op welk tijdstip u verwacht wordt voor de operatie. Dat kunt u één werkdag voor de operatie doen, tussen 15.00 -16.00 uur. Als u op maandag wordt geopereerd, dan belt u de vrijdag ervoor. Het telefoonnummer is (078) 654 11 45.

Ook voor vragen buiten kantoor tijden over complicaties, belt u naar hetzelfde telefoonnummer.

- **Afdeling Fysiotherapie**

Heeft u vragen over de fysiotherapie na uw ontslag uit het ziekenhuis? Belt u dan met een van de fysiotherapeuten op werkdagen van 08.30 -17.00 uur, tel. (078) 65 411 83.

6.2 Hulpmiddelen huren of kopen

Hieronder treft u een overzicht van organisaties waar u hulpmiddelen kunt huren of kopen. Bel altijd eerst even om na te vragen of de artikelen op voorraad zijn.

De openingstijden van de locaties kunnen wijzigen. Raadpleeg altijd de meest recente informatie van de thuiszorgorganisatie of bel even voordat u er heen gaat.

- **Vegro**

De klantenservice is 7 dagen per week 24 uur per dag bereikbaar, tel. (0800) 288 77 66.

Dordrecht, Admiraalsplein 14

Geopend van maandag t/m vrijdag van 09.00 -17.30 uur en op zaterdag van 10.00 -16.00 uur.

- **Aafje thuiszorgwinkel**

Zwijndrecht, Passage 4 - 6.

Geopend op maandag t/m vrijdag van 09.00 -17.30 uur en op zaterdag van 10.00 -16.00 uur.

- **Careyn (Hoekse Waard)**

Hulpmiddelen worden bij u thuisbezorgd en opgehaald. U kunt tijdens kantooruren bellen naar tel. (088) 123 99 88.

- **Medipoint**

Dordrecht, Kamerlingh Onnesweg 15, tel. (088) 030 05 90.

- **Hulpmiddelen Outlet Dordrecht**

Voor aanschaf van nieuwe en goede tweedehands hulpmiddelen.

Dordrecht, Kamerlingh Onnesweg 15, tel. (088) 030 05 90.

Geopend van maandag t/m vrijdag van 09.00 -17.30 uur en op zaterdag van 10.00 -16.00 uur.

U kunt uw hulpmiddelen ook op internet bestellen.

Locaties Albert Schweitzer ziekenhuis

<ul style="list-style-type: none">• Locatie Dordwijk Albert Schweitzerplaats 25 3318 AT Dordrecht	<ul style="list-style-type: none">• Locatie Zwijndrecht Langeweg 336 3331 LZ Zwijndrecht
<ul style="list-style-type: none">• Locatie Sliedrecht Stationspark 401 3364 DA Sliedrecht	<ul style="list-style-type: none">• Buitenpolikliniek GOED Ridderkerk Jan Luykenstraat 8 2985 BV Ridderkerk

De afbeeldingen in deze folder zijn afkomstig van Shutterstock en via een licentieovereenkomst door ons verkregen. Het is derhalve aan derden niet toegestaan om deze afbeeldingen op welke wijze dan ook, te gebruiken of te kopiëren. Voor het eigen gebruik van deze afbeeldingen verwijzen wij naar www.shutterstock.com

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest

Albert Schweitzer ziekenhuis
maart 2020
pavo 1564