

# Knieprothese

Informatie over uw behandeling bij het  
Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer



# Inhoudsopgave

Leeswijzer	Pag. 4
<b>1. De knie</b>	<b>Pag. 5</b>
1.1 Het kniegewricht	
1.2 Slijtage van het gewricht	
1.3 Besluit om te opereren	
1.4 Soorten protheses	
1.5 Registratie prothesen	
1.6 Kwaliteit van leven	
<b>2. De pre-operatieve screening</b>	<b>Pag. 9</b>
2.1 Wat is pre-operatieve screening	
2.2 Voorbereiding op de pre-operatieve screening	
2.3 Gesprek met de anesthesioloog	
2.4 Gesprek met de intakeverpleegkundige	
2.5 Gesprek met de fysiotherapeut	
<b>3. Uw voorbereidingen</b>	<b>Pag. 12</b>
3.1 Uw voorbereidingen thuis	
3.2 Voeding en herstel	
3.3 Wat te doen bij een ontsteking voor de operatie	
3.4 Wat neemt u mee naar het ziekenhuis	
<b>4. De opname</b>	<b>Pag. 15</b>
4.1 De operatiedatum	
4.2 Bloedprikken één werkdag voor de operatie	
4.3 De dag van de operatie	
4.4 De operatie	
4.5 De dag na de operatie	
4.6 Naar huis	
4.7 Complicaties	
4.8 Controle op de polikliniek	
<b>5. Anesthesie</b>	<b>Pag. 21</b>
5.1 Anesthesie	

## 6. Adviezen bij een knieprothese Pag. 22

- 6.1 Adviezen bij een knieprothese
- 6.2 Bewegingsadviezen
- 6.3 Overige adviezen
- 6.4 Wat te doen bij een ontsteking na de operatie
- 6.5 Voorkomen van een ontsteking bij een volgende operatie

## 7. Nazorg Pag. 26

- 7.1 Thuiszorg of revalidatie
- 7.2 Hulpmiddelen huren of kopen

## 8. Tot slot Pag. 29

- 8.1 Telefoonnummers Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer ziekenhuis
- 8.2 Bezoek
- 8.3 Ruimte voor uw eigen aantekeningen

# Leeswijzer

Binnenkort krijgt u een operatie aan uw knie in het Albert Schweitzer ziekenhuis.

De orthopeed heeft met u besproken welke behandelingen mogelijk zijn. In overleg met hem heeft u besloten tot een operatie waarbij het kniegewricht (deels) vervangen wordt door een prothese.

Misschien kwam de beslissing voor deze operatie niet als een verrassing. Mogelijk had u al een tijdje klachten en heeft u langzaam naar de operatie 'toegeleefd'. De eerste stap naar de operatie is nu gezet. U staat op de wachtlijst voor een knieoperatie.

## Vorbereiden en nalezen

Met de informatie in deze folder kunt u zich voorbereiden op de operatie. Voor en tijdens uw opname in het ziekenhuis krijgt u veel informatie van artsen, verpleegkundigen en andere hulpverleners. U hoeft niet alles meteen te onthouden. Daarom heeft u deze informatie gekregen. Hierin kunt u thuis alles nog eens rustig nalezen.

De folder is van u. Achterin kunt u aantekeningen maken of vragen opschrijven.

## Wanneer leest u wat?

U hoeft deze folder niet in één keer te lezen. Elk hoofdstuk gaat over een onderdeel van uw behandeling. Zo kunt u de informatie gemakkelijk per onderdeel lezen en opzoeken.

Wel is het belangrijk dat u vóór de pre-operatieve screening en vóór de opname in het ziekenhuis de volgende hoofdstukken leest:

### 1. Vooraf lezen: de pre-operatieve screening

Voorafgaand aan de operatie krijgt u een pre-operatieve screening. Dit zijn een aantal gesprekken en onderzoeken.

Het is belangrijk dat u vóór de pre-operatieve screening thuis de hoofdstukken 1, 2, 3, 5 en 7 leest.

### 2. Vooraf lezen: de opname in het ziekenhuis

Op de dag van de operatie wordt u opgenomen in het ziekenhuis. Leest u van tevoren thuis de hoofdstukken 4 en 6 door. Hierin staat wat u kunt verwachten tijdens en na de ziekenhuisopname.

## Praktische informatie

In hoofdstuk 8 staat vooral praktische informatie. Bijvoorbeeld telefoonnummers van de verschillende hulpverleners, bezoektijden, enzovoort.

## Uw vragen

Heeft u vragen over deze informatie of suggesties voor verbetering? We horen dat graag! Neem contact op met de intakeverpleegkundige. In hoofdstuk 8 staat hoe u haar kunt bereiken.

## Tot slot

Deze en andere folders kunt u ook terugvinden op onze website [www.asz.nl/orthopedischcentrum](http://www.asz.nl/orthopedischcentrum). U kunt ook de behandelpad-app (patient journey) raadplegen voor informatie.

Wij wensen u een voorspoedige operatie, een snel herstel en een prettig verblijf in het Orthopedisch Centrum.

Team Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer

# 1. De knie

## 1.1 Het kniegewricht

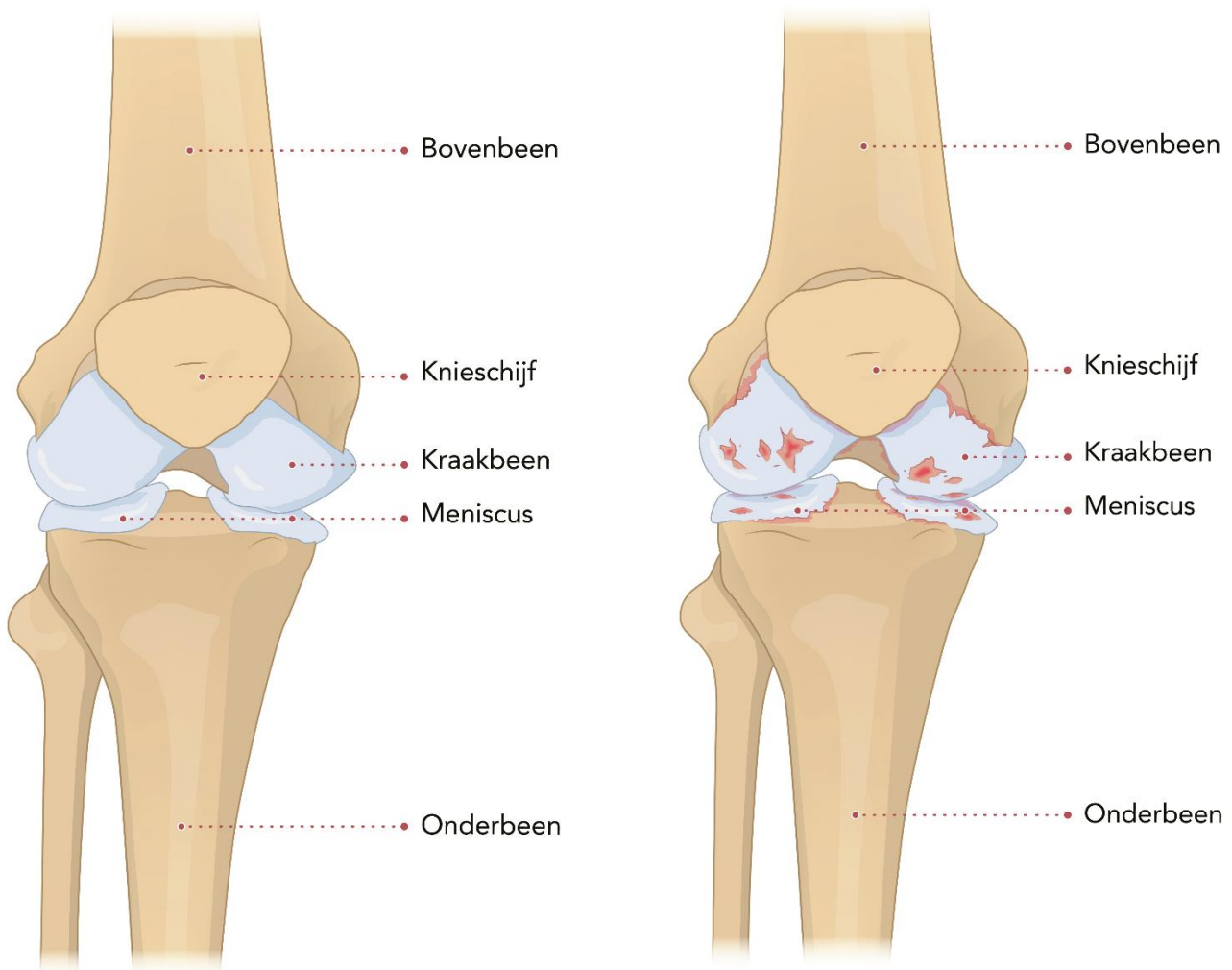
Het kniegewricht bestaat uit drie botdelen:

1. Het bovenbeen (dijbeen)
2. De knieschijf
3. Het onderbeen (scheenbeen)

Op de uiteinden van deze botdelen zit een laagje kraakbeen. Hierdoor kan de knie soepel bewegen. Kraakbeen is zacht, glad en elastisch. Het zorgt ervoor dat twee botten makkelijk langs elkaar heen kunnen bewegen (zie afbeelding 1).

Als het kraakbeen beschadigd is, dan noemen we dat artrose (zie afbeelding 2 op de volgende pagina). Artrose kan zonder directe oorzaak ontstaan. Het kraakbeen kan echter ook beschadigd raken door een botbreuk, reuma of medicijngebruik.

Soms is het kniegewricht zo beschadigd, dat het vervangen moet worden door een prothese.



Afbelding 1: Een gezond kniegewricht.

Afbelding 2: Het kraakbeen van de knie is deels beschadigd door artrose. Het oppervlak van het kniegewricht is hierdoor ongelijkmatig geworden. De botdelen passen niet meer precies in elkaar.

## 1.2 Slijtage van het gewricht

Slijtage aan gewrichten komt veel voor. Zoals u op afbeelding 2 hierboven kunt zien wordt het zachte laagje kraakbeen minder glad of verdwijnt zelfs helemaal. Kraakbeen herstelt zich niet.

### **Klachten**

Mensen met slijtage aan het kniegewricht kunnen het gewricht minder soepel gebruiken. Bewegen wordt moeilijker en pijnlijker. De pijn kan uitstralen naar de voet. Veel mensen met slijtage aan het kniegewricht hebben zogeheten 'startpijn'. Dat wil zeggen dat het moeite kost om weer te gaan lopen als zij een tijdje gezeten hebben. Lopen, bukken en traplopen wordt moeilijker. Fietsen gaat meestal nog wel goed.

Bij ernstige slijtage wordt het gewricht stijver. Het bewegen wordt beperkt en het been kan niet meer volledig gestrekt worden. Ook kan een afwijkende stand van het been ontstaan. Hierbij kan de knie soms moe of instabiel aanvoelen.

## 1.3 Besluit om te opereren

Er zijn verschillende mogelijkheden om de klachten door slijtage te verminderen. Denk aan pijnstillers, afvallen (in geval van overgewicht), een wandelstok gebruiken en oefeningen doen.

Helpt dit onvoldoende, dan kan een operatie de beste oplossing zijn tegen pijn en stijfheid. Tijdens deze operatie wordt het kniegewricht (deels) vervangen door een prothese. In uw geval heeft u, in overleg met de orthooped, besloten om te opereren.

Het is belangrijk dat u goed weet waarom deze operatie plaatsvindt, wat de operatie inhoudt en hoe het herstel na de operatie verloopt.

Mist u nog bepaalde informatie? Twijfelt u over uw beslissing of over de operatie? Neemt u dan contact op met de polikliniek Orthopedie. Het telefoonnummer vindt u in hoofdstuk 8.

## 1.4 Soorten protheses

Er zijn verschillende soorten knieprotheses. Welke voor u het beste is, hangt onder andere af van:

- Uw leeftijd
- De kwaliteit van uw bot
- Uw lichaamsbouw
- De mate van beschadiging van het kraakbeen

### **De prothese**

Tijdens de operatie maakt de arts een snee aan de voorkant van uw knie. Deze snee is twintig centimeter lang en loopt van boven naar beneden over uw knie. De arts verwijdert het versleten kraakbeen en een dun reepje bot van het kniegewricht.

De arts past nu het bot van bovenbeen en onderbeen aan de vorm van de prothese aan. Er komen twee metalen delen in de knie. Eén deel als kap over het uiteinde van het bovenbeen, en een korte pen in het scheenbeen. Een kunststoflaag hiertussen zorgt ervoor dat de nieuwe knie goed kan scharnieren. Meestal wordt ook nieuwe kunststof bekleding op de achterkant van de knieschijf geplaatst.

Er zijn twee soorten knieprothesen:

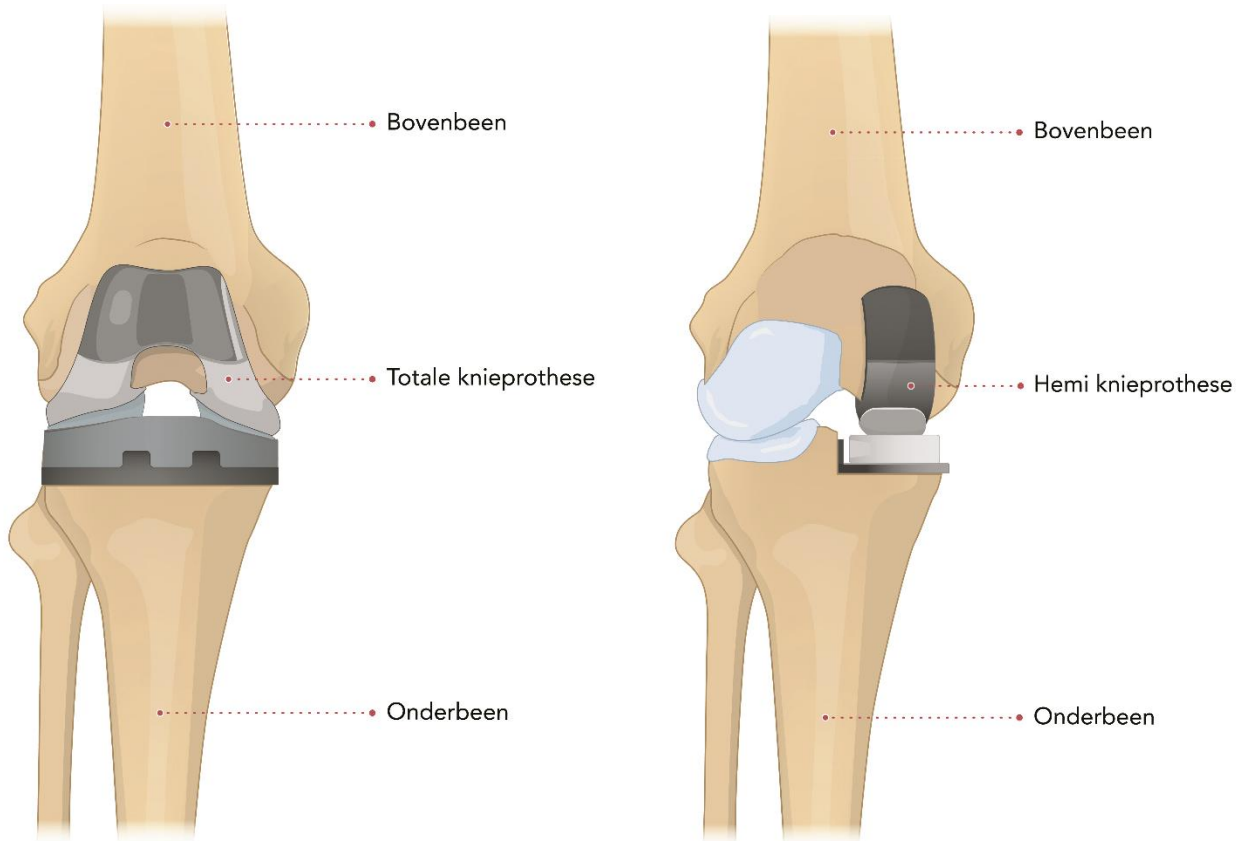
**1. Een totale knieprothese**

Deze wordt geplaatst als het hele kniegewricht beschadigd is (zie afbeelding 3).

**2. Een hemi-knieprothese (hemi = half)**

Deze wordt geplaatst als een deel van de knie is beschadigd (zie afbeelding 4). Alleen de binnenkant (waar de ene knie de andere raakt) wordt vervangen.

De orthoede heeft met u besproken welke prothese bij u het best geplaatst kan worden.



*Afbeelding 3: totale knieprothese  
(gezien vanaf de voorkant)*

*Afbeelding 4: hemi-knieprothese  
(gezien vanaf de voorkant)*

**Revisie knieprothese**

Als er in het verleden al eens een knieprothese bij u geplaatst is, dan kunnen onderdelen van de prothese gaan slijten. Ook kan het voorkomen dat de prothese loslaat van het bot. Vaak kan de prothese dan vervangen worden.

Soms is het mogelijk om alleen de beschadigde onderdelen te vervangen. Deze operatie heet een revisie. Hoe de revalidatie verder verloopt, hangt af van de onderdelen die vervangen worden.

Bij een hemi-knieprothese kan na verloop van tijd ook het gezonde deel van de knie beschadigd raken door slijtage. De hemi-knieprothese wordt dan vervangen door een totale knieprothese.

## 1.5 Registratie prothesen

### Registratie

Alle prothesen in Nederland krijgen een registratie in een centrale databank: de Landelijke Registratie Orthopedische Implantaten (LROI). Dit gebeurt onder andere om de levensduur van de prothese na te gaan.

Het gaat om de volgende gegevens:

- Uw initialen
- Uw dossiernummer in het ziekenhuis
- Uw geslacht
- Het type prothese

Alleen de Nederlandse Orthopedische Vereniging heeft toegang tot het register.

### Gegevens

Na de operatie kunt u een kaartje krijgen waarop staat dat u een gewrichtsprothese heeft en welk type dit is. Vraag ernaar bij de polikliniek.

In het ziekenhuis zijn de productnummers, de Europese registratienummers en de fabrikant van uw prothese bekend. Ook de LROI heeft deze gegevens.

U kunt deze gegevens krijgen als u dat wilt.

## 1.6 Kwaliteit van leven

Na de operatie willen wij graag weten hoe het met u gaat nu u een prothese heeft. Heeft u minder gewrichtsklachten dan ervoor? Kunt u bijvoorbeeld uw dagelijkse activiteiten weer doen? De zorgverzekeraars verlangen ook van ons dat we dit nagaan.

Daarom sturen wij u voor de operatie en op een aantal momenten erna per e-mail een vragenlijst, de zogeheten PROM's. Een flyer hierover is bijgevoegd. Op de polikliniek vragen wij om deze reden naar uw emailadres. De gegevens die u invult houden wij natuurlijk geheim volgens de eisen van de wet: de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG).

### Verbeteringen

Door de vragenlijsten in te vullen krijgt u zelf ook in beeld welke verbeteringen de prothese u heeft gebracht. Tegelijk helpt u ons met het in kaart brengen van de resultaten van de prothesen die wij plaatsen. Hierdoor kunnen wij kwaliteit van zorg blijven leveren. Ook kunnen we aantonen dat de door ons geplaatste prothesen ook op langere termijn goede resultaten opleveren.



## 2. De pre-operatieve screening

### 2.1 Wat is pre-operatieve screening

Voordat u geopereerd wordt beoordelen we of u de operatie lichamelijk aankunt. Dit heet 'pre-operatieve screening' (onderzoek voor de operatie).

Bij een knieoperatie bestaat de pre-operatieve screening uit gesprekken met:

- De anesthesioloog.
- De intakeverpleegkundige.
- De fysiotherapeut.

De gesprekken vinden op één dagdeel plaats, zoveel mogelijk op elkaar aansluitend. De pre-operatieve screening duurt ongeveer 2 tot 2½ uur.

We adviseren u een familielid of naaste mee te nemen naar de pre-operatieve screening. U kunt dan later napraten over wat er is gezegd.

In dit hoofdstuk wordt elk onderdeel van de pre-operatieve screening toegelicht.

Het is belangrijk dat u dit vooraf thuis leest. U weet dan beter wat u kunt verwachten. En u kunt alvast nadenken over de onderwerpen die besproken worden.

### 2.2 Voorbereiding op de pre-operatieve screening

Als u naar de pre-operatieve screening komt, neemt u het volgende mee:

- Een recente medicijnlijst van de apotheek. Hierop staan de medicijnen die u nu gebruikt.
- De controlelijst van de Trombosedienst als u bloedverdunners gebruikt die door de Trombosedienst gecontroleerd worden.
- Het doseerschema van insuline, als u insuline gebruikt.

#### **Overgevoeligheid**

Bent u overgevoelig voor bepaalde medicijnen, zoals antibiotica? Meldt u dit dan aan de anesthesioloog en de intakeverpleegkundige.

Weet u niet precies om welke medicijnen het gaat? Probeert u dit dan te achterhalen via de huisarts of de apotheek. Sommige vervangende antibiotica kunnen ook problemen geven.

#### **Verhinderd**

Als u verhinderd bent, wilt u dit dan meteen doorgeven? Uw plaats kan dan voor een andere patiënt gebruikt worden. U kunt zich afmelden tijdens kantooruren bij de polikliniek Pre-operatieve Screening. U krijgt dan meteen een nieuwe afspraak mee. Het telefoonnummer van de polikliniek vindt u in hoofdstuk 8.

#### **Digitale vragenlijst**

Om een goed beeld te krijgen van uw gezondheidssituatie, vragen we u om een digitale gezondheidsvragenlijst in te vullen. Op de polikliniek Orthopedie krijgt u een code waarmee u deze lijst in het ziekenhuis kunt invullen.

U kunt dit eventueel ook doen via de website van het ziekenhuis: [www.mijnasz.nl](http://www.mijnasz.nl) U kunt dan inloggen met uw DigiD-code. **Let er wel op dat de lijst is ingevuld voordat u naar de pre-operatieve screening komt.** Heeft u hulp nodig bij het invullen van de vragenlijst? Vertel het ons, misschien kunnen we u helpen.

## 2.3 Gesprek met de anesthesioloog

Voordat u geopereerd kunt worden, beoordeelt de anesthesioloog of u de operatie lichamelijk aankunt. Daarom stelt hij u een aantal vragen over uw conditie en uw gezondheid.

### Onderzoek

De anesthesioloog bespreekt ook de mogelijke complicaties rond de anesthesie met u. Hij voert een beperkt lichamelijk onderzoek uit om de conditie van uw hart en longen te beoordelen. Indien nodig bespreekt de anesthesioloog wat u kunt doen om uw conditie verder te verbeteren.

Mogelijk verwijst de anesthesioloog u door naar andere artsen voor aanvullende onderzoeken, zoals extra bloedonderzoek, een hartfilmpje (ECG) en een longfoto.

Als uw lichamelijke conditie goed genoeg is, kunt u een oproep voor de operatie verwachten.

### Soorten anesthesie en pijnbestrijding

Tijdens het gesprek met de anesthesioloog krijgt u informatie en advies over de verschillende vormen van anesthesie (verdooving) tijdens de operatie. Ook bespreekt hij de mogelijkheden van pijnbestrijding na de operatie. In hoofdstuk 5 vindt u meer informatie over deze twee onderwerpen (soorten anesthesie en pijn).

### Belangrijk

1. Gebruikt u bloedverdunnende medicijnen? Vertelt u dit dan tijdens de pre-operatieve screening aan de anesthesioloog. De anesthesioloog vertelt u hoeveel dagen voor de operatie u moet stoppen met deze medicijnen. Geef het bij de opname nogmaals door aan de assistente van de ziekenhuisapotheker.
2. Gebruikt u pijnstillers? Geeft u ook dit door. Sommige pijnstillers hebben namelijk ook een bloedverdunnende werking.
3. Als u microdermals heeft (permanente piercings met verankering onder uw huid) moet u dit ook melden aan de anesthesioloog.

Het gesprek met de anesthesioloog duurt maximaal 15 minuten.

Als u na het gesprek met de anesthesioloog nog vragen heeft, dan kunt u bellen naar de polikliniek Pre-operatieve Screening. Het telefoonnummer vindt u in hoofdstuk 8.

## 2.4 Gesprek met de intakeverpleegkundige

De intakeverpleegkundige Orthopedie bereidt samen met u de opname in het ziekenhuis voor. Zij geeft uitgebreide informatie over de voorbereidingen op de operatie, de opname en de revalidatie. Ook bespreekt zij of u na de opname zorg nodig heeft.

De intakeverpleegkundige neemt de volgende punten met u door:

- Uw lichamelijke conditie.
- Uw voorbereidingen op de opname.
- Wat u kunt verwachten na de operatie.
- Uw thuissituatie.

### **Beperkingen na de operatie**

Na de operatie loopt u een aantal weken met een loophulpmiddel, zoals krukken of een rollator. Ook moet u zich houden aan een aantal leefregels (zie ook hoofdstuk 6). Zo mag u geen zwaar werk doen. Deze beperkingen hebben gevolgen voor het dagelijks leven. Zo kunnen huishoudelijk werk en boodschappen doen problemen opleveren.

Wilt u voor het intakegesprek nadenken over de thuissituatie na de operatie? Als u problemen verwacht, vertelt u dit dan aan de intakeverpleegkundige. U bespreekt dan samen of u thuis zorg nodig heeft en hoe dit geregeld kan worden (meer informatie hierover vindt u in hoofdstuk 7).

### **Als u zelf mantelzorgert bent**

Verzorgt u zelf uw eventuele partner, een familielid of huisgenoot? Bespreek dit dan met uw huisarts. Hij kan u helpen met het regelen van vervangende zorg tijdens uw afwezigheid. De intake-verpleegkundige kan deze zorg niet aanvragen. Het is wel belangrijk om dit met haar te bespreken.

Het gesprek met de intakeverpleegkundige duurt maximaal 30 minuten.

### **Uw vragen**

Heeft u na het gesprek nog vragen? Verandert er iets in uw gezondheidssituatie? Wilt u de zorg na de operatie thuis toch anders regelen? Belt u dan met intakeverpleegkundige Orthopedie. Het telefoonnummer vindt u in hoofdstuk 8.

## 2.5 Gesprek met de fysiotherapeut

Na de operatie moet u revalideren. Zo zult u de eerste weken met een loophulpmiddel lopen. Meestal zijn dit twee elleboogkrukken. Daarom heeft u tijdens de pre-operatieve screening ook een gesprek met de fysiotherapeut van het ziekenhuis. Hij informeert u over de revalidatie en beoordeelt welk hulpmiddel voor u het meest geschikt is in deze periode. Ook oefent u daar alvast mee tijdens het gesprek.

Geldt voor u een of meerdere van de volgende situaties? Dan wordt u evengoed bij de fysiotherapeut van het ziekenhuis verwacht:

- U bent onder behandeling van een andere fysiotherapeut.
- U heeft in het verleden al eens met krukken gelopen.
- U loopt al langere tijd met een looprek of rollator.
- U zit in een rolstoel.

U hoeft zelf geen hulpmiddel mee te nemen naar het gesprek. De fysiotherapeut heeft meerdere hulpmiddelen staan om mee te oefenen.

Het oefenen bij de fysiotherapeut duurt ongeveer 15 minuten.

# 3. Uw voorbereidingen

## 3.1 Uw voorbereidingen thuis

De eerste weken na de operatie loopt u met een loophulpmiddel, meestal twee elleboogkrukken. Dit kan lastig zijn in het dagelijks leven. Het is verstandig om vóór de operatie enkele voorbereidingen in huis te treffen, zodat u zo zelfstandig mogelijk kunt functioneren.

Hieronder vindt u een aantal tips en adviezen. Het is niet verplicht om de hulpmiddelen in te zetten. Het is een advies om de revalidatie gemakkelijker te doorlopen.

### Lopen met een hulpmiddel

- Zet de meubels zo neer dat u er goed langs kunt lopen met een loophulpmiddel.
- Pas op voor los op de vloer liggende zaken zoals kleden en elektriciteitsdraden. U kunt daarover struikelen. Haal ze eventueel weg.
- Met twee elleboogkrukken kunt u niets in uw handen dragen. Een tasje om uw nek voor lichte dingen kan uitkomst bieden. Woont u alleen? Dan is een rollator wellicht ook een oplossing.
- Bedenk dat u geen zware boodschappentassen mag dragen zolang u met een loophulpmiddel loopt.

### Stoel, bed en sanitair

- Zorg voor een stevige stoel met armleuningen.
- Opstaan uit bed, van het toilet of uit een lage stoel kan lastig zijn. Een toiletverhoger, een bedverhoger of een extra matras kunnen uitkomst bieden.
- Slaapt u op een verdieping zonder toilet? U kunt een 'postoel' lenen bij de thuiszorgorganisatie
- In de douche kunt u een tuinstoel zetten, zodat u zittend kunt douchen.
- Heeft u een ligbad? U kunt een badplank lenen bij de thuiszorgorganisatie. Hiermee kunt u veilig (zittend boven uw ligbad) douchen.

### Schoenen

- Zorg dat u schoenen draagt die goed om uw voeten aansluiten, een anti-slipzool hebben en prettig zitten.
- Mogelijk zijn uw been en uw voet na de operatie tijdelijk wat dikker. Sommige schoenen kunnen hierdoor krap zitten. Sandalen met verstelbare banden kunnen uitkomst bieden.
- Heeft u alleen veterschoenen? Dan kunt u er met elastische veters instapschoenen van maken. U koopt deze veters bij schoenmakers en de thuiszorgwinkel.
- Het kan zijn dat bukken wat lastiger gaat in het begin. Met een lange schoenlepel kunt u makkelijk zelf uw schoenen aan- en uit trekken.

### 'Helping hand'

Met het hulpmiddel 'helping hand' kunt u makkelijk dingen van de grond rapen. U koopt de 'helping hand' bij de drogist of de hulpmiddelenwinkel.

### Bewegen vóór de operatie

Het is verstandig tot de operatie actief te blijven. Daarmee houdt u de beweeglijkheid en spierkracht in stand. Dit is gunstig voor de revalidatie. Fietsen (buiten of op een hometrainer) is een goede manier om de spierkracht te behouden.

U mag sporten zo lang dit geen pijnklachten geeft. Pijn is een signaal van het lichaam dat overbelasting dreigt. Bij pijn is het dus verstandige even te stoppen, of de beweging die pijn veroorzaakt niet meer te maken.

### **Hulpmiddelen huren of kopen**

Bij hulpmiddelenwinkels kunt u diverse hulpmiddelen (zoals krukken en een rollator) huren of kopen. De uitleenperiode is vaak beperkt. In hoofdstuk 7.2 vindt u de adressen.

Soms kunt u de kosten (deels) vergoed krijgen via de aanvullende zorgverzekering. Uw zorgverzekeraar kan u hierover informeren.

### **Fysiotherapeut inschakelen**

Als u weer thuis bent, heeft u nog fysiotherapie nodig. Zodra de operatiedatum definitief is, kunt u een afspraak maken met een fysiotherapeut bij u in de buurt.

Gaat u na de operatie naar een revalidatie-afdeling? Dan wordt de fysiotherapie daar ingeschakeld.

In paragraaf 4.6 leest u meer over het inschakelen van een fysiotherapeut.

## **3.2 Voeding en herstel**

Besteed voor de operatie extra aandacht aan uw voeding. Een optimale 'voedingstoestand' is goed voor uw behandeling en het herstel. Eet voldoende, gezond en gevarieerd, maar blijf ook op gewicht.

Dit is belangrijk omdat:

- U zich lichamelijk en geestelijk beter voelt.
- De operatiewond beter geneest.
- Er minder kans is op complicaties zoals doorliggen.
- Uw spieren sterk blijven. Dit is belangrijk voor een goede ademhaling en een goede hartfunctie.

Tot de operatie moet u op gewicht blijven (tenzij de arts met u besproken heeft dat u moet afvallen).

Controleer uw gewicht door uzelf iedere week op een vast tijdstip te wegen.

Gaat het niet goed met eten? Valt u af terwijl dit niet de bedoeling is? Raadpleeg uw huisarts.

### **Enkele tips bij een slechte eetlust**

- Neem meerdere, kleinere maaltijden, verspreid over de dag. Bijvoorbeeld om de twee uur een kleinere maaltijd.
- Drink melkproducten. Water, thee, koffie en bouillon bevatten geen voedingswaarde maar geven wel een vol gevoel.
- Probeer zo gevarieerd mogelijk te eten.
- Eet als u trek heeft, ook al is het geen etenstijd. Neem bijvoorbeeld om 15.00 uur een boterham bij de thee.
- Een maaltijd die er aantrekkelijk uitziet kan de eetlust verhogen.

## **3.3 Wat te doen bij een ontsteking voor de operatie**

De knieprothese is gemaakt van kunststof en metaal. Dit materiaal komt niet van nature in het lichaam voor en heeft zelf geen afweer tegen bacteriën.

Als u op het moment dat de prothese geplaatst wordt een ontsteking heeft, zouden bacteriën via de bloedbaan de prothese kunnen besmetten.

Het is veiliger om een ontsteking eerst te behandelen. Bezoek de tandarts wanneer er sprake is van gebitsproblemen, zoals een tandvleesontsteking of een ontstoken wortel van een tand of kies. Zorg dat deze behandeld worden voordat u in het ziekenhuis opgenomen wordt.

Ook andere ontstekingen, zoals een blaasontsteking, een voorhoofds- of bijholteontsteking, een longontsteking of een geïnfecteerde wond, moeten eerst goed genezen zijn voordat u een knieprothese krijgt.

In paragraaf 6.4 leest u hoe u omgaat met ontstekingen na de operatie.

### 3.4 Wat neemt u mee naar het ziekenhuis

Op de dag van opname neemt u de volgende dingen mee:

- Alle medicijnen die u gebruikt, in de originele verpakking.
- De hulpmiddelen die u gebruikt of gaat gebruiken. Zoals elleboogkrukken, looprek of rollator en een lange schoenlepel.
- Nachtkleding, ondergoed en toiletartikelen.
- Gewone kleding die lekker zit voor overdag (u ligt overdag niet in bed).
- Makkelijk zittende schoenen en stevige slippers of pantoffels (zie 3.1).

Laat waardevolle spullen zoals sieraden zoveel mogelijk thuis. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk bij verlies of diefstal.

## 4. De opname

### 4.1 De operatiedatum

U heeft doorgerekend in welke week u mogelijk geopereerd wordt of een indicatie van de wachttijd. Op de dag van de operatie wordt u ook opgenomen.

#### **Tijdstip van de opname**

U belt één werkdag voor de operatie tussen 15.00 -16.00 uur naar de verpleegafdeling van het Orthopedisch Centrum. U hoort dan het tijdstip, waarop u in het ziekenhuis verwacht wordt. Als u op maandag wordt geopereerd, dan belt u de vrijdag ervoor.

### 4.2 Bloedprikken één werkdag voor de operatie

Het kan zijn dat u één werkdag voor de operatie in het ziekenhuis bloed moet laten prikken. Tijdens de pre-operatieve screening beslist de anesthesioloog of dit nodig is. Met het afgenomen bloed kan bepaald worden welk type bloed bij u gegeven mag worden. Het kan namelijk zijn dat u tijdens of na de operatie bloed nodig heeft.

Soms is aanvullend bloedonderzoek nodig. Dan wordt een aantal buisjes bloed extra afgenomen. In dat geval heeft de anesthesioloog dit met u besproken.

De bloedafname moet in het Albert Schweitzer ziekenhuis plaatsvinden. U kunt zonder afspraak terecht bij de afdeling Bloedafname van locatie Dordrecht, Zwijndrecht en Sliedrecht. Neemt u het formulier voor de bloedafname mee dat u tijdens de pre-operatieve screening heeft gekregen. U hoeft voor deze bloedafname niet nuchter te zijn. Kijk voor de openingstijden op onze website [www.asz.nl](http://www.asz.nl) en voor locaties waar u terecht kunt op <https://resultlaboratorium.nl/priklocaties/>

De afdeling Bloedafname is op zaterdag, zondag en op de feestdagen gesloten. Als u op maandag geopereerd wordt, moet u daarom op vrijdag bloed laten prikken. De afdelingen Bloedafname van de locatie Dordrecht en Zwijndrecht zijn op zaterdagochtend wel geopend. Kijkt u voor de juiste tijden op de website.

### 4.3 De dag van de operatie

U wordt ongeveer twee uur voor de operatie opgenomen op de afdeling Orthopedie. Het precieze tijdstip waarop u wordt opgenomen heeft u 1 werkdag voor de opname gehoord.

#### **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.

## **Nuchter zijn**

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

- 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 koffiedrinken (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 koffiedrinken (eventueel met suiker), maar niet meer dan 200 ml.
- Kauwgum kauwen mag uiterlijk tot 2 uur voor de operatie.

## **Medicijngebruik**

Gebruikt u medicijnen? De anesthesioloog heeft met u besproken tijdens de pre-operatieve screening welke medicijnen u mag innemen voor de operatie. Als u uw medicijnen gewoon mag innemen, dan mag u ook daarbij een slokje water nemen.

## **De verpleegafdeling**

Een verpleegkundige legt u de gang van zaken op de afdeling Orthopedie uit. Ook controleert de verpleegkundige de gegevens die tijdens het intakegesprek zijn genoteerd.

Tijdens uw verblijf zal nog regelmatig naar uw naam en geboortedatum worden gevraagd. Dit is een extra controle voor uw veiligheid.

Na het opnamegesprek met de verpleegkundige heeft u ook nog een gesprek met de apothekersassistente over de medicijnen die u gebruikt.

De verpleegafdeling heeft één- en meerpersoonskamers. Vooraf is niet te zeggen op wat voor kamer u komt te liggen. Dit is afhankelijk van de beschikbare bedden. Op de afdeling kunnen zowel mannen als vrouwen liggen. Er worden alleen patiënten met een orthopedische aandoening opgenomen.

## **Vorbereidingen op de operatie**

U krijgt van de verpleegkundige 'premedicatie' (medicijnen voor de operatie). Deze medicijnen zorgen ervoor dat u na de operatie zo min mogelijk pijn heeft. Ook voorkomen ze misselijkheid.

U krijgt een operatiejasje aan. Tijdens de operatie mag u geen sieraden, piercings, nagellak, kunstnagels of 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 gehangen wordt. In de uitslaapkamer kunt u dan meteen uw bril weer opzetten en/of uw gehoorapparaat weer in doen.

Vlak voor de operatie vraagt de verpleegkundige u om nog een keer te gaan plassen. Daarna wordt met een echoapparaat ('bladder-scan') gekeken of uw blaas leeg is. Vervolgens gaat u naar de operatieafdeling.

Op de voorbereidingskamer (de 'holding') krijgt u een infuusnaaldje in uw arm. Dit naaldje wordt gebruikt om voor en na de operatie medicijnen toe te dienen.

Voor de operatie krijgt u via het infuusnaaldje antibiotica.



## 4.4 De operatie

De anesthesioloog geeft u de verdoving die met u is afgesproken. De operatie duurt ongeveer 1½ uur. Gaat het om een revisie van de prothese, dan kan de operatie wat langer duren. Dit hangt af van de onderdelen van de prothese die vervangen worden.

### **Na de operatie**

Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer (de 'verkoeverkamer'). Hier worden uw hartslag, bloeddruk, ademhaling en de wond in de gaten gehouden. Ook wordt gevraagd of u pijn heeft of misselijk bent. Onder begeleiding van de verpleegkundige kunt u uw geopereerde been al bewegen.

Na de operatie heeft u:

- Een infuus. Via het infuus krijgt u vocht toegediend.
- (Soms) een slangetje in uw neus. Via dit slangetje krijgt u extra zuurstof.

Zodra u goed wakker en stabiel bent, gaat u terug naar de verpleegafdeling. Ook hier worden uw hartslag, bloeddruk, ademhaling en wond regelmatig gecontroleerd. De verpleegkundige vraagt of u pijn heeft en of u misselijk bent. Het infuus wordt nu afgekoppeld. Het infuusnaaldje blijft nog 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.

### **Fysiotherapie op de dag van de operatie**

De fysiotherapeut komt bij u langs. Hij beoordeelt of u al in staat bent om te lopen. U mag volledig op uw geopereerde been staan. Mogelijk loopt u op de operatiedag al met een hulpmiddel naar het toilet. De fysiotherapeut geeft u oefeningen die u deze dag al mag doen.

### **Pijn**

U krijgt een aantal keer per dag medicijnen tegen de pijn en de misselijkheid. Krijgt u meer pijn? Laat het weten aan de verpleging. Het is belangrijk dat u niet wacht tot de pijn te erg is geworden. Pijnstilling werkt het beste op het moment dat de pijn toeneemt.

De medicatie wordt afgestemd op de pijn. Daarom vraagt de verpleegkundige u regelmatig om een cijfer aan de pijn te geven. Dit is de zogenaamde pijnscore.

### **Bloedverdünnende injecties**

U krijgt elke dag een bloedverdünnende injectie om de kans op trombose te verminderen. U heeft 5 weken lang nodig. Van de verpleegkundige leert u hoe u zichzelf de injectie kunt geven. Wilt u dit niet? Dan kan uw partner of een naaste het doen.

In het ziekenhuis krijgt u de injectie 's avonds. Thuis mag het ook op een ander moment, als het maar iedere dag op ongeveer hetzelfde tijdstip is.

Gebruikte u voor de operatie al bloedverdünnende medicijnen die door de Trombosedienst gecontroleerd worden? Dan krijgt u slechts een aantal dagen de bloedverdünnende injectie en wordt u na de operatie weer op uw eigen medicijnen ingesteld. Voordat u naar huis gaat, meldt de afdelingssecretaresse u weer aan bij de Trombosedienst.

Gebruikt u bloedverdünners zonder controle via de Trombosedienst? Dan krijgt u informatie van uw behandelend orthopeed hierover, want het vervolg is afhankelijk van het type medicijnen dat u gebruikt.

### **Gesprek met de orthopeed**

Na de operatie komt de orthopeed bij u langs. Hij vertelt dan hoe de operatie is gegaan.

U blijft niet lang in het ziekenhuis. Hierdoor kan het zijn dat u uw orthopeed verder niet ziet. De orthopeden werken namelijk op meerdere locaties. De arts-assistent of de physician assistent van de orthopeden komen op werkdagen iedere ochtend bij u langs.

Wilt u een uitgebreider gesprek met de arts-assistent, de physician assistent of uw behandelend orthopeed? Geeft u dit dan aan bij de arts-assistent.

## **4.5 De dag na de operatie**

De verpleegkundige helpt u bij het wassen en aankleden. Overdag draagt u kleding die u anders ook overdag zou dragen.

's Morgens wordt er bij u bloed afgenomen. Ook wordt er een röntgenfoto van uw geopereerde been gemaakt.

De fysiotherapeut helpt u met oefeningen. U oefent vooral het bewegen van de knie en het lopen met een hulpmiddel. Indien nodig oefent u ook het traplopen.

De arts-assistent, de physician assistent of de orthopeed beoordeelt wanneer u naar huis mag (zie paragraaf 4.6 'Naar huis'). Dit gebeurt in overleg met de verpleegkundige en de fysiotherapeut.

## **4.6 Naar huis**

U mag naar huis ('met ontslag') als u voldoet aan deze voorwaarden:

- U kunt zelf veilig lopen met een loophulpmiddel.
- U kunt zelf in en uit bed komen.
- U kunt zelf naar het toilet gaan.
- U kunt traplopen indien nodig.
- De pijn is draaglijk met pijnstillers.
- De wond is droog.
- De uitslagen van het bloedonderzoek en de röntgenfoto zijn goed.

Als u niet naar huis gaat maar naar een zorginstelling, dan zijn de voorwaarden minder streng.

Voordat u met ontslag gaat, neemt de verpleegkundige met u de ontslagpapieren door. Deze bestaan uit:

- Een afspraak voor de polikliniek Orthopedie.
- Een overdracht van de fysiotherapeut.
- Een machtiging fysiotherapie.
- Een overzicht van uw medicijnen.
- De medicijnen die zijn voorgeschreven in het ziekenhuis (deze krijgt u mee naar huis).
- Een verpleegkundige overdracht (indien u thuiszorg gaat krijgen).
- Een verpleegkundige en medische overdracht (als u naar een revalidatie-afdeling gaat).

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

Als u het ziekenhuis verlaat, kunt u zich door een familielid of naaste met de auto laten ophalen. U kunt een vuilniszak op de stoel leggen om het in- en uitstappen makkelijker te maken. Bij het in- en uitstappen kunt u uw beide benen tegen elkaar aan houden. Dit is om te voorkomen dat u een ongecontroleerde beweging maakt.

### **Fysiotherapie na ontslag**

Van de fysiotherapeut in het ziekenhuis heeft u een overdracht meegekregen. Deze is bedoeld voor de fysiotherapeut die u na uw ontslag gaat begeleiden.

U moet zelf contact opnemen met deze fysiotherapeut en een eerste afspraak maken. U kunt bijvoorbeeld kiezen voor een fysiotherapeut bij u in de buurt. Deze komt meestal de eerste keren bij u thuis langs. U loopt nog een aantal weken met een hulpmiddel. De fysiotherapeut begeleidt u in het afbouwen van het gebruik van het hulpmiddel.

Als u niet naar huis, maar naar een zorginstelling gaat, dan regelt deze instelling de fysiotherapie. Fysiotherapie die u ontvangt als u in een zorginstelling verblijft, krijgt u vergoed vanuit de basisverzekering. Of u de kosten vergoed krijgt als u (weer) thuis verblijft, hangt af van uw aanvullende verzekering.

## **4.7 Complicaties**

De operatie is omringd met veel voorzorgsmaatregelen. De kans op complicaties is daarom klein. Toch kunnen er complicaties optreden.

Mogelijke complicaties na de operatie zijn:

- *Nabloeding*  
Als dit zich voordoet, wordt een nieuw drukverband om de knie aangelegd.
- *Bloeduitstorting (hematoom) in het geopereerde been*  
Deze verdwijnt meestal vanzelf.
- *Wondinfectie*  
De wond is rood en/of gezwollen en voelt warm aan. Ook kan er lekkage van wondvocht zijn. U kunt koorts hebben. Een wondinfectie wordt met antibiotica behandeld.
- *Infectie van de prothese*  
Een infectie van de prothese wordt meestal behandeld met bedrust en langdurige toediening van antibiotica. Als de infectie zeer ernstig is, kan het nodig zijn de prothese (tijdelijk) te verwijderen. In paragraaf 6.4 leest u meer over het voorkómen en behandelen van infecties als u een knieprothese heeft.
- *Bewegingsbeperking*  
U kunt uw been minder goed bewegen dan voor de operatie was verwacht.
- *Loslaten van de prothese*  
Als de prothese loslaat, moet een nieuwe prothese geplaatst worden.

### **Uw arts waarschuwen**

U neemt contact op met uw behandelend arts in de volgende gevallen:

- Als de wond gaat lekken.
- Als de wond erg gezwollen blijft, rood ziet en/of warm aanvoelt.
- Als u niet meer op uw geopereerde been kunt staan terwijl u dat eerst wel kon.
- Als u koorts heeft boven 38,5°C.

Van maandag tot en met vrijdag van 08.00 - 16.30 uur belt u naar de polikliniek van het Orthopedisch Centrum, tel. (078) 652 32 70.

Heeft u 's avonds of in het weekend last van één of meer van eerdergenoemde complicaties, bel dan rechtstreeks naar de verpleegafdeling van het Orthopedisch Centrum, tel. (078) 654 11 45.

## **4.8 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 eventueel aanwezige hechtingen worden verwijderd.

Ongeveer 10 weken daarna heeft u een afspraak op de polikliniek Orthopedie met uw behandelend orthopeed. Voorafgaand aan deze afspraak wordt een röntgenfoto gemaakt van uw prothese.

U blijft daarna onder controle bij de orthopeed. Met röntgenfoto's wordt bekeken of de knieprothese nog op de juiste plaats zit en of er slijtage aan de prothese optreedt.

Als u na de opname naar een verpleeghuis of zorghotel gaat, kan het zijn dat de hechtingen daar worden verwijderd. U krijgt dan van de afdeling een afspraak mee voor 3 maanden na de operatie met een röntgenfoto bij uw behandeld orthopeed.

# 5. Anesthesie

## 5.1 Anesthesie

In de folder 'Anesthesie en pre-operatieve screening', staat belangrijke informatie over de anesthesie en pijnbestrijding tijdens uw opname. We adviseren u dit heel goed door te lezen.

Omdat het een algemene folder betreft, gaat deze in op alle vormen van anesthesie. In het geval van een knieprothese zijn er twee vormen van anesthesie mogelijk.

### **Spinale anesthesie (ruggenprik)**

Na de operatie gaat u snel weer lopen. Om dit mogelijk te maken, krijgt u meestal een spinale anesthesie; ook wel bekend als de ruggenprik. Hierdoor kunt u na de operatie uw benen snel weer bewegen. Dit is belangrijk omdat u na de operatie zo snel mogelijk moet oefenen. Bij een ruggenprik blijft u wakker maar is alleen uw onderlichaam verdoofd. Als u liever niets hoort van de operatie kunt u naast de ruggenprik een roesje krijgen.

### **Algehele narcose**

Het kan zijn dat in uw geval geen ruggenprik mogelijk is. In overleg met de anesthesioloog krijgt u dan een algehele narcose. Dat betekent dat u helemaal in slaap bent en niets van de operatie merkt. Dit gebeurt zeer zelden, omdat spinale anesthesie de voorkeur heeft zodat u snel kunt oefenen.

## 6. Adviezen bij een knieprothese

### 6.1 Adviezen bij een knieprothese

De eerste 4 - 6 weken na de operatie kunt u nog last hebben van prikkeling, pijn en zwelling van het geopereerde been. Dit geldt met name voor het gebied rond de wond en voor het onderbeen. Deze klachten zullen geleidelijk verdwijnen.

#### **Loophulpmiddel**

Na de operatie loopt u een aantal weken met een loophulpmiddel. In paragraaf 3.1 vindt u praktische tips over dagelijkse activiteiten in deze periode, zoals in huis bewegen en douchen.

Het is belangrijk dat de spieren van uw kniegewricht sterker worden. Dit gebeurt vooral door te bewegen. De fysiotherapeut beoordeelt wanneer u genoeg spierkracht heeft en de knie stabiel genoeg is om het gebruik van het loophulpmiddel af te bouwen.

#### **Minder pijn**

De meeste patiënten kunnen door de knieprothese na een aantal weken al meer activiteiten uitvoeren met minder pijn dan voor de operatie.

In dit hoofdstuk vindt u adviezen om verschillende activiteiten met minder pijn te kunnen doen. De adviezen zijn een algemene richtlijn. De orthopeed en uw fysiotherapeut kunnen u andere adviezen geven.

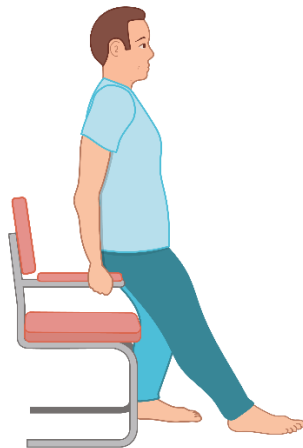
### 6.2 Bewegingsadviezen

*Voor de tekeningen in deze paragraaf geldt:  
Het been met de geopereerde knie is donkerder gekleurd. Dat kan bij u net het andere been zijn.*

In de eerste weken raden wij u aan om in een stoel te zitten met een hoge zitting en armleuningen. Heeft u niet zo'n stoel? Gebruik dan tijdelijk een comfortabele tuinstoel.

### Opstaan en gaan zitten

Zet beide voeten naast elkaar. Zet uw handen op de armléuning (zie afbeelding 5) en neem de krukken losjes in uw handen. Ga vervolgens staan of zitten. Is het geopereerde been nog pijnlijk of dik? Zet dit been dan wat verder naar voren als u gaat staan of zitten.



Afbeelding 5: Opstaan en gaan zitten in een stoel.

### Naar het toilet

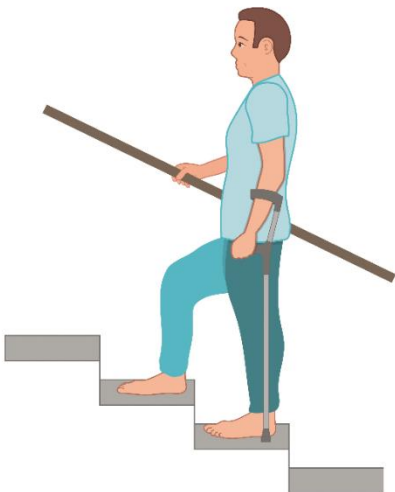
Als u naar het toilet gaat, gebruikt u dezelfde techniek als bij een stoel. Als het toilet te laag is, kunt u een toiletverhoger gebruiken.

### Traplopen

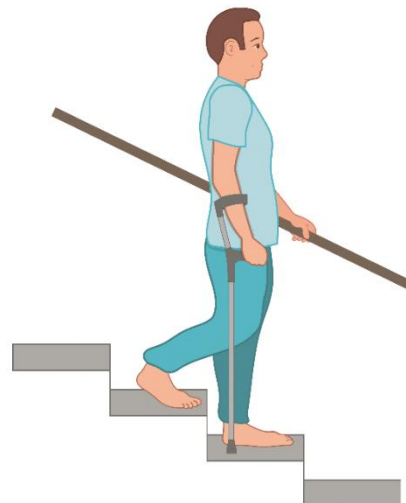
- Houd de krukken in één hand vast.
- Steun met één kruk op de vloer.
- Houd de andere kruk diagonaal.
- Houd met uw andere hand de trapleuning vast.

**Trap op:** zet uw niet-geopereerde been op de trede. Zet uw geopereerde been met de kruk ernaast (zie afbeelding 6).

**Trap af:** zet uw kruk én uw geopereerde been op de onderliggende trede. Zet uw andere been ernaast (zie afbeelding 7).



Afbeelding 6: De trap op lopen



Afbeelding 7: De trap af lopen

### **Fietsen en sporten**

Na een paar weken kunt u alweer gaan fietsen. Het fietsen zelf is niet risicovol, behalve als u plotseling moet afstappen. Fietsen op een hometrainer is daarom al eerder mogelijk. Dit is zelfs goed voor de beweeglijkheid van uw knie en het herstel van uw spierkracht.

De fysiotherapeut bepaalt wanneer u mag gaan fietsen. De meeste mensen vinden het prettig om een damesfiets of een seniorenfiets (met lage instap) te gebruiken.

Na een paar maanden zijn de meeste sporten weer mogelijk. Uw orthopeed kan u vertellen wanneer u weer mag gaan sporten.

Meer adviezen over bewegen in huis (baden, douchen, met krukken lopen, enzovoort) vindt u in paragraaf 3.1.

## **6.3 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 behandeling. Afspraken over uw werk verlopen vaak soepeler als u de bedrijfsarts al voor de operatie informeert.

U kunt, als u dat wilt, een afspraak maken met de bedrijfsarts. Ook als u niet verzuimt in verband met uw behandeling, kunt u een afspraak maken.

De bedrijfsarts kan u namelijk goed informeren over de gevolgen van het hebben van een knieprothese voor uw werk. Ook uw werkgever kan hij hier goed over informeren.

### **MRI-scan**

Als bij u in de toekomst een MRI-scan gemaakt moet worden, dan is het belangrijk dat u vertelt dat u een prothese heeft en hoe lang deze er al in zit.

## **6.4 Wat te doen bij een ontsteking na de operatie**

Als u een ontsteking krijgt, neemt u dan contact op met de polikliniek Orthopedie of met uw huisarts. Denk daarbij aan gebitsproblemen, longontsteking, keelontsteking, blaasontsteking of een steenpuist.

Ook indien er sprake is van een ontstoken operatiewond is het advies om contact op te nemen met de polikliniek of met de huisarts. Zeker als u ook koorts heeft.



Het is belangrijk dat u de arts vertelt dat u een knieprothese heeft. De arts bepaalt dan wat er nodig is om de ontsteking te behandelen.

## 6.5 Voorkomen van een ontsteking bij een volgende operatie

Moet u een operatie of een andere medische behandeling ondergaan? Vertel dan ook aan de arts, de tandarts of de specialist dat u een knieprothese heeft. Indien nodig krijgt u bij die ingreep antibiotica toegediend om de prothese te beschermen.

# 7. Nazorg

## 7.1 Thuiszorg of revalidatie

Het uitgangspunt is dat u naar huis gaat.

U kunt thuis verder revalideren als:

- U zelfstandig in en uit bed kunt komen, zelf naar het toilet kunt gaan.
- Uw medische conditie goed is.
- U bekend bent met de oefentherapie.
- U de trap op en af kunt lopen (indien nodig).

Wij kunnen ons voorstellen dat er zorgen zijn (bij u of uw familie) om naar huis te kunnen gaan na de operatie. Bijvoorbeeld omdat u alleen bent. Wij hebben daar alle begrip voor, maar medisch gezien is dat geen reden om in aanmerking te komen voor vervolgrevalidatie in een instelling.

U kunt natuurlijk wel zelf besluiten thuis extra hulp in te schakelen of te kiezen voor een zorghotel. Echter, de kosten daarvan worden in dit geval niet vergoed. Vergoeding is alleen aan de orde bij medische noodzaak. Als u aanvullend verzekerd bent is er soms recht op (gedeeltelijke) vergoeding voor een particulier zorghotel.

In uitzonderlijke gevallen is het medisch niet haalbaar dat u naar huis kunt. Dan kunt u voor een aantal weken elders verder revalideren. Bij deze indicatie worden de kosten wel vergoed vanuit de basisverzekering.

Indien u naar huis gaat is het fijn als uw partner of familie kan ondersteunen. Als dit niet mogelijk is kan het ziekenhuis thuiszorg voor u regelen.

## A. Thuiszorg

Er zijn verschillende vormen van thuiszorg mogelijk.

### **Opstarthulp, avondzorg**

U kunt hulp krijgen met wassen en aankleden in de ochtend als u alleenstaand bent. Deze hulp kunt u ook krijgen als uw partner of andere huisgenoten zelf hulpbehoevend zijn en u daarom niet kunnen helpen. Als u hulp nodig heeft bij het omkleden om naar bed te gaan, kan ook avondzorg worden ingeschakeld.

### **Injecteren Fragmin (tegen trombose)**

Kunt u niet zelf injecteren tegen trombose? En heeft u geen huisgenoot die u daarbij kan of wil helpen? Dan kan thuiszorg ingeschakeld worden.

### **Advies over huishoudelijke hulp**

Huishoudelijke hulp wordt verzorgd door uw gemeente via de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning). Iedere gemeente bepaalt zelf welke organisaties zij inschakelt om huishoudelijke hulp te leveren. U moet dit zelf regelen. De intakeverpleegkundige kan geen huishoudelijke hulp voor u aanvragen.

Als u na uw operatie huishoudelijke hulp nodig heeft, vraagt u dit dan tijdig aan bij het WMO-loket van uw gemeente. Houdt u er rekening mee dat de aanvraag enkele weken kan duren. Voor huishoudelijke hulp betaalt u een eigen bijdrage.

## B. Revalidatie

Als u lichamelijke aandoeningen heeft (behalve uw knie) die de revalidatie belemmeren, kunt u wellicht elders gaan revalideren.

Veel instellingen in de regio hebben een aparte afdeling ingericht voor mensen die na een operatie moeten revalideren. Overdag verblijft u meestal in een huiskamer. Vaak heeft u een eigen slaapkamer. Soms deelt u de slaapkamer met andere patiënten.

Tijdens de pre-operatieve screening met de intakeverpleegkundige (zie paragraaf 2.4) of na de operatie wordt bekeken of u voor revalidatie elders in aanmerking komt (hiervoor moet een zorgindicatie worden afgegeven) en kunt u aangeven in welke instelling u het liefst wilt revalideren. Als de instelling van uw voorkeur geen plaats heeft, gaat u naar een andere instelling.

### Behandelplan

De instelling stelt een behandelplan met u op. De revalidatie wordt aangepast aan uw mogelijkheden en beperkingen. De instellingen hebben eigen fysiotherapeuten in dienst, die regelmatig bij u langskomen en met u oefenen.

Het verblijf duurt 2 - 6 weken. Daarna gaat u naar huis. De instelling bespreekt met u of u nog thuiszorg nodig heeft. Zo ja, dan vraagt de instelling dit voor u aan.

### Veranderingen in de nazorg

Tijdens het gesprek met de intakeverpleegkundige heeft u besproken welke nazorg u nodig heeft. Het is altijd mogelijk dat uw thuissituatie verandert in de periode tussen dit intakegesprek en de opname in het ziekenhuis. Als u verwacht dat u hierdoor een andere vorm van nazorg nodig heeft, belt u dan zo spoedig mogelijk met de intakeverpleegkundige. Er kan dan op tijd een andere vorm van nazorg worden aangevraagd. Het telefoonnummer van de intake-verpleegkundige staat in hoofdstuk 8.

Door onverwachte veranderingen in uw gezondheidstoestand na de operatie kan ook een andere vorm van nazorg nodig zijn. De verpleegkundige van de verpleegafdeling bespreekt dit dan met u.

## 7.2 Hulpmiddelen huren of kopen

Tijdens en na uw opname maakt u gebruik van diverse hulpmiddelen. Hieronder staat 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 organisatie 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.

Website: [www.vegro.nl](http://www.vegro.nl)

Dordrecht, Admiraalsplein 14

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

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.

- Zorgcomfort Alblasserwaard, Middeldiepstraat 60 in Sliedrecht. Geopend van maandag t/m vrijdag tussen 09.30-17.30 uur. Tel. (0184) 41 16 11 of 06- 11 87 42 42.  
Website: <https://zorgcomfort-alblasserwaard.com/>
- **Careyn (Hoekse Waard)**  
Hulpmiddelen worden bij u thuisbezorgd en opgehaald. U kunt van maandag t/m vrijdag bellen naar tel. (088) 123 99 88 of bestellen via [www.careynplus.nl](http://www.careynplus.nl)

## 8. Tot slot

### 8.1 Telefoonnummers Orthopedisch Centrum Albert Schweitzer

#### **Polikliniek**

De polikliniek is bereikbaar op maandag tot en met vrijdag van 08.00 - 16.30 uur, tel. (078) 652 32 70.

#### **Polikliniek Pre-operatieve Screening**

De polikliniek Pre-operatieve screening is bereikbaar op maandag tot en met vrijdag van 08.00 - 16.30 uur, tel. (078) 65 41 332.

#### **Intakeverpleegkundige**

Als u vragen heeft over het intakegesprek of over de nazorg, kunt u bellen met de intakeverpleegkundige, tel. (078) 65 23 187.

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

#### **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, van 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.

#### **OK-Planning**

De OK-planning is bereikbaar op maandag tot en met vrijdag van 08.00 - 16.30 uur, tel. (078) 652 35 34.

#### **Fysiotherapie**

Heeft u vragen over de fysiotherapie na uw ontslag uit het ziekenhuis? Belt u dan met een van de fysiotherapeuten in het ziekenhuis. Zij zijn bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.00 - 16.30 uur, via tel. (078) 654 10 47.

### 8.2 Bezoek

Uw bezoek is dagelijks welkom tussen 15.00 - 20.00 uur. U mag maximaal twee bezoekers tegelijk ontvangen. Het kan voorkomen dat we uw bezoek vragen om de kamer (tijdelijk) te verlaten, ook al is dat tijdens bezoektijden. Tussen 10.00 - 13.00 uur is uw contactpersoon welkom.

