

| Arthroscopie van de knie

Wat is een arthroscopie van de knie?

Tijdens een kijkoperatie van de knie wordt er een kleine opening gemaakt. Door de opening wordt een dun buisje in het kniegewricht geschoven. In dit buisje zitten lenzen zodat de arts de knie kan bekijken. Om het zicht helder te houden, wordt de knie tijdens de knieoperatie voortdurend gespoeld. Met behulp van speciale instrumenten kan, tijdens de kijkoperatie van de knie, de arts de nodige technieken uitoefenen om de knie te herstellen zoals het verwijderen van het beschadigde deel van de meniscus, het herstellen van het kraakbeen of het herstellen van de kruisband enz...

De operatie gebeurt onder algemene anesthesie of lokale verdoving via een ruggeprik (rachi anaesthesie). Daarnaast wordt bij een aantal patiënten de zenuw in de knie verdoofd (n. popliteus blok).. Sommige patiënten blijven toch één nacht opgenomen.

De keuze tussen algemene of epidurale anaesthesie wordt met de anaesthesist besproken.

Wat breng ik mee

- Uw SIS kaart
- Uw identiteitskaart
- Uw verzekeringskaart of –formulieren
- Resultaten pre-operatieve onderzoeken zo aangevraagd bij huisarts
- Lijstje met medicatie die u normaal neemt en ook de medicatie die u normaal 's morgens inneemt meebrengen want sommige medicatie wordt best nog voor de ingreep ingenomen met een slokje water.
- Krukken

Wat laat ik thuis

- Geld en juwelen, waardevolle spullen

Vorbereiding

- U blijft nuchter: niet eten of drinken vanaf 24u de avond voor de ingreep. Soms is een aanpassing mogelijk maar dit mag enkel als de behandelende specialist dit expliciet zegt
- Alle nagellak verwijderen van vinger-en teennagels
- Geen maquillage aanbrengen

Na de ingreep

- U blijft op de ontwaakzaal tot u goed wakker bent. Uw chirurg komt in de namiddag langs om u te ontslaan.
- Bij het verlaten van het ziekenhuis moet een volwassene persoon u begeleiden.
- Na een algemene verdoving kan u zich wat slaperig, ijl of duizelig voelen. Daarom mag u de eerste 24u geen voertuigen of machines besturen, alcohol gebruiken of belangrijke documenten ondertekenen.
- Lichte misselijkheid is mogelijk, als die na 24u nog niet beter is liefst contact opnemen met uw huisarts.
- Na een rachi anaesthesie moet u ongeveer 6 uur in bed blijven totdat u de benen goed kan bewegen en u voldoende kan steunen. Er zal u ook gevraagd worden om te plassen alvorens het ziekenhuis te verlaten want dit kan soms problemen geven.



| Specifieke raadgevingen

Pijnstilling

Voor uw vertrek wordt pijnstilling voorgeschreven. Het is belangrijk de medicatie in te nemen wanneer u de pijn voelt opkomen. Het heeft geen zin te wachten met pijnstilling tot de pijn te ernstig wordt, het zal dan namelijk veel moeilijker zijn de pijn weer op een comfortabel niveau te krijgen. De volgende medicatie kan worden voorgeschreven (individueel aangepast).

- Paracetamol 1 gram (bv. Dafalgan forte, Algostase, ...) Inname : 4 x 1 per dag (om de 6 uur) Neveneffecten : zelden
- Ibuprofen 600 mg (bv. Brufen 600; ...) Inname : 2 x 1 per dag (om de 12 uur) Neveneffecten : maaglast, maagzweren
- Tramadol (vb Tradonal odis 50;...) Inname : 2 x 1 per dag (om de 12 uur) Neveneffecten : misselijkheid

Deze medicatie mag gecombineerd worden. Bij ernstige pijn is het dus toegestaan om 4 maal Paracetamol én 2 maal Ibuprofen én 2 maal Tramadol retard **per dag** in te nemen ! Daarnaast mag op het verband van de geopereerde knie **IJS** aangebracht worden. Dit mag 3 tot 4 keer per dag gedurende 15 minuten. Wanneer het dikke verband verwijderd is dient u een handdoek aan te brengen tussen knie en ijszak om vrieswonden te voorkomen.

De operatiewondjes

Na de operatie wordt uw knie ingepakt in een dik wattenverband. Dit verband mag u de dag na de operatie verwijderen en de twee of drie wondjes bedekken met een pleister. De wondjes dienen droog gehouden te worden.

De hechtingen mogen na twee weken verwijderd worden door de huisarts. Twee dagen nadien is de huid voldoende genezen om een **bad of douche** te nemen zonder verband.

Trombose

Na een operatie van de knie kunnen er stolsels in de aders (**trombose**) ontstaan bij patiënten met een verhoogd risico (leeftijd, gewicht, geslacht, roken, de pil ..). Om dit te voorkomen worden **spuitjes** Heparine voorgeschreven (vb Clexane, Fraxiparine ..). Deze **spuitjes** moeten dagelijks op hetzelfde tijdstip worden toegediend door uzelf of door een thuisverpleegkundige die u zelf moet contacteren. De dosis en de duur van de behandeling worden bepaald aan de hand van uw risicoprofiel. In het algemeen is dit na een arthroscopie van de knie 10 dagen. Naast de injecties is het belangrijk de tenen te bewegen en de kuitspieren regelmatig op te spannen. Dit bevordert de bloedcirculatie waardoor de kans op een trombose vermindert.

Ondanks deze maatregelen kan er soms toch nog trombose optreden. De klachten zijn meestal ernstige pijn in de kuitspier en ernstige zwelling van het volledige onderbeen. Indien deze klachten zich voordoen dient u dringend contact op te nemen met uw chirurg, huisarts of spoedopname.

Krukken

U dient bij de opname 2 krukken mee te brengen. De meeste patiënten hebben deze de eerste 3 tot 7 dagen nodig. Indien er een kraakbeen herstel procedure of een meniscushechting werd uitgevoerd is het in sommige gevallen niet toegestaan om te steunen en dient u 6 weken met krukken te stappen. U kunt de krukken huren bij uw mutualiteit, apotheek of orthopedische winkel.

Kinesietherapie

U krijgt een voorschrift mee voor 20 sessies kinesiotherapie. Indien nodig kan dit nog verlengd worden. Indien de pijn en zwelling het toe laten mag u de oefeningen direct na de operatie starten.

Ontslagbrief

U krijgt bij ontslag een brief mee voor de huisarts. Indien nodig staat hier de details in van de operatie. Een definitieve brief zal achteraf naar uw huisarts gestuurd worden.

Wat is niet normaal

Door de operatie zal uw knie meestal wat warm en dik zijn. Plotse toename hiervan zeker in combinatie met hevige pijn en koorts kan echter op een infectie duiden. U dient dan contact op te nemen met uw chirurg, huisarts of spoedopname.

Afspraken en controles:

- Dagelijks een injectie door de thuisverpleegkundige indien voorgeschreven
- Na twee weken bij uw huisarts op de hechtingen te verwijderen
- Na drie weken voor een controle bij uw chirurg

ASZ CHIRURGISCH DAGZIEKENHUIS

CAMPUS AALST

T +32 (0)53 79 49 14 (consultatie orthopedie)

T +32 (0)53 76 40 06 (spoedopname)

T +32 (0)53 76 40 60 (chirurgische dagkliniek - van 7.30 tot 20 uur)

CAMPUS GERAARDSBERGEN

T +32 (0)54 43 21 40 (consultatie orthopedie)

T +32 (0)54 43 27 11 (spoedopname)

CAMPUS WETTEREN

T +32 (0)9 368 82 06 (consultatie orthopedie)



**Algemeen
Stedelijk
Ziekenhuis**

Aalst
Geraardsbergen
Wetteren



Informatiebrochure

Arthroscopie van de knie