

# Arthroscopie enkel



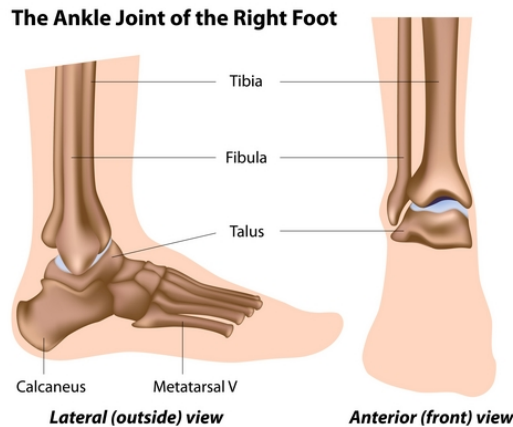
In deze informatiefolder staat informatie die voor, tijdens en na uw opname in het ziekenhuis van belang is.

Daarom vragen wij of u deze informatie bij uw opname mee wilt nemen.

Er is afgesproken dat u binnenkort wordt opgenomen voor een enkeloperatie. Deze operatie vindt plaats in dagbehandeling. Deze folder heeft u ontvangen van de arts of de verpleegkundige. Hij bestaat uit twee gedeeltes, namelijk: (1) algemene informatie over de enkeloperatie en (2) de gang van zaken vóór en tijdens de opname, met specifieke informatie over nazorg voor als u weer thuis bent.

**Wij hopen dat u zich snel op uw gemak voelt bij ons.**

## Het enkelgewricht



De enkel bestaat uit drie botdelen namelijk de tibia (scheenbeen), de fibula (kuitbeen) en de talus (sprongbeen). Dit gewricht samen wordt het bovenste spronggewricht genoemd. De botdelen zijn bedekt met kraakbeen. De botdelen worden omgeven door gewrichtskapsel en de enkelbanden welke zorgen voor de stabiliteit van de enkel.

### Diagnose

Er zijn verschillende redenen om een enkelscopie uit te voeren. Er kan een los stukje bot in de enkel 'zweven' (corpus librum), dit losse stukje kan tijdens de ingreep worden verwijderd. Er kan impingement (inklemming, blokkade) bestaan. Impingement kan zowel door bot als door weke delen ontstaan. Tijdens de ingreep worden de weefsels (bot/weke delen) die zorgen voor de inklemming/blokkade verwijderd. Als laatste is een OD-haard (osteocondritis dissecans) een reden voor een kijkoperatie van de enkel. Dit is een afwijking net onder het kraakbeen gelegen. Op de polikliniek is meestal door middel van anamnese, lichamelijk onderzoek en een MRI-scan de diagnose reeds gesteld. Met een arthroscopie kan uw orthopedisch chirurg deze diagnose bevestigen.

### Behandeling

In eerste instantie zal uw orthopedisch chirurg de afwijking proberen te behandelen zonder dat een operatie nodig is. Maar mocht pijnstilling, fysiotherapie of een injectie onvoldoende effect hebben kan worden besloten tot een operatieve behandeling.

### Vorbereidend onderzoek (poliklinische screening)

Nadat u, in samenspraak met uw behandelend arts, heeft besloten om u aan uw enkel te laten opereren zal er eerst een gesprek met de anesthesist gepland worden. De anesthesist bepaalt of er aanvullend onderzoek nodig is (afhankelijk van uw leeftijd en gezondheidstoestand), bijvoorbeeld:

- Bloed- en urineonderzoek
- ECG
- Eventueel verder onderzoek bij de internist, cardioloog of andere specialist.

Na deze onderzoeken kunt u een oproep voor opname verwachten.

Daarnaast bespreken we met u de wijze van verdoving en pijnbestrijding (ruggenprik, algehele verdoving en/of ploplitiablok (blok verdoving) vanuit de knieholte). U ontvangt de brochure 'Pre-operatieve screening en anesthesie' zodat u de informatie kunt nalezen. U krijgt de gelegenheid om al uw vragen te stellen. Na deze onderzoeken en gesprekken, krijgt u een oproep voor opname. We streven ernaar om u binnen 4 tot 6 weken nadat u bij de orthopeed bent geweest, te opereren.

## Vorbereiding thuis

Aangezien u na de operatie iets minder mobiel bent is het raadzaam in uw omgeving iemand te vragen die u tijdelijk kan assisteren met de (zware) huishoudelijke taken, het doen van boodschappen en/of helpen bij de lichamelijke verzorging

## Uw ziekenhuisopname

### Dag van operatie

U wordt de dag van de operatie nuchter opgenomen. Zie voor meer informatie over “nuchter zijn” de brochure ‘Pre-operatieve screening en anesthesie’. Een slokje water om de medicijnen mee in te nemen is toegestaan.

Het is van belang dat u voor kleding zorgt die u na de operatie makkelijk aan en uit krijgt. Gebruik na het douchen thuis geen bodylotion, dagcrème of make-up en verwijder eventuele nagellak.

*'Wij vinden persoonlijke zorg erg belangrijk. De verpleegkundige die voor u zorgt, is voor u het eerste aanspreekpunt tijdens uw verblijf. Onze medewerkers werken in wisseldiensten. Als u langer dan een paar uur bij ons verblijft, kan het zijn dat u een nieuw gezicht ziet. Wij zorgen voor een goede overdracht. Uw nieuwe verpleegkundige komt zich aan u voorstellen, zodat u weet wie hij of zij is.'*

### De operatie

Arthroscopie betekent: in het gewricht kijken. Er wordt met een kleine camera (arthroscoop), via een twee kleine sneetje aan beide zijden van de enkel, in uw enkel gekeken. De camera wordt aangesloten op een beeldscherm, zodat u (eventueel) mee kunt kijken. Tijdens de operatie wordt via een tweede insteekgaatje een tangetje of schaarje in het gewricht worden gebracht om de ingreep uit te voeren. Hij kan als dat nodig blijkt een behandeling uitvoeren. De ingreep duurt ongeveer een half uur. De operatiesneetjes worden gesloten met een hechtpleister of een hechting en vervolgens verbonden met gaasjes en een drukverband.

### Na de operatie

Na de operatie wordt u naar de uitslaapkamer gebracht waar uw bloeddruk, polsslag, ademhaling en wond gecontroleerd worden. Als alle controles in orde zijn, gaat u terug naar de verpleegafdeling. U mag rustig aan weer gaan drinken en eten. Uw bloeddruk, polsslag en temperatuur wordt nog een aantal maal gemeten. Tevens wordt de wond en urineproductie gecontroleerd. Op de dag van de ingreep komt een fysiotherapeut bij u langs om het lopen met elleboogkrukken aan te leren, oefeningen voor de enkel te geven en te adviseren over het opbouwen van activiteiten als u weer thuis bent.

Wanneer u zich goed voelt, mag u weer naar huis. U krijgt uitleg van de verpleegkundige over de oefeningen die u wel/ niet mag doen thuis.

## Medicijnen

Door de operatie kan de enkel pijnlijk en gezwollen zijn. U krijgt na de operatie 3 tot 4 keer per dag medicatie tegen de pijn. Neem deze in zodra ze u worden gegeven zodat u een spiegel opbouwt in het bloed. Zo nodig krijgt u van de verpleegkundige de medicatie die u al voor de opname gebruikte. Neem nooit uw eigen medicijnen in zonder dit eerst te overleggen met de verpleegkundige.

## Complicaties

Bij elke operatie kunnen complicaties optreden. Bij een arthroscopie komt dit zelden voor. Complicaties kunnen zijn: langdurige en forse zwelling, een bloeding in de enkel, een trombosebeen, een zenuwbeschadiging en zelden een gewrichtsontsteking.

## Ontslag

De dag van de operatie mag u weer naar huis. U krijgt een checklist mee waarop staat aangegeven waar u rekening mee dient te houden en met telefoonnummers naar wie u kunt bellen, indien er complicaties optreden.

De poliklinische wondcontrole vindt twee weken na de ingreep plaats. Tijdens deze controle krijgt u eventueel een verwijzing voor de fysiotherapeut. Deze controle vindt plaats bij uw behandelend orthopedisch chirurg of de Physician Assistant Orthopedie.

*Gemiddeld beoordelen patiënten de ervaring met de Orthopedie met een 9,1. Reden voor dit hoge cijfer zijn onder andere: oprechte aandacht voor mij, zaken zijn goed geregeld en de grote betrokkenheid van het personeel.*

## Richtlijnen na de operatie

- Na de kijkoperatie kunt u gaan lopen als het gevoel in de billen, benen en huid weer normaal is.
- In de meeste gevallen mag u uw been normaal belasten. Indien dit niet het geval is zal de arts u dit melden.
- Bouw het gebruik van krukken af op geleide van pijn en zwelling van de enkel, tenzij de arts anders voorschrijft. Meestal zijn de krukken niet langer nodig dan 5 tot 7 dagen na de ingreep.
- Bij zwelling en/of pijn legt u 3 á 4 maal per dag 10 minuten een ijspakking op de enkel om zwelling en pijn te verminderen. Gebruik hierbij altijd een schone en droge doek tussen de ijspakking en de huid. Bij zwelling kunt u uw been ook hoog leggen (geen kussen onder de knie i.v.m. eventueel afknellen van bloedvaten).
- U mag het drukverband na 2 dagen zelf verwijderen.
- Hechtingen worden tijdens de eerste controle op de polikliniek verwijderd.

## Vragen?

Heeft u tot slot nog vragen, stel deze dan gerust. Wij beantwoorden deze graag. Mocht u bij thuiskomst nog vragen hebben, dan kunt u altijd naar onze afdeling bellen.

We willen onze zorg steeds verder verbeteren. U kunt ons hierbij helpen. Wilt u de vragenlijst, die u voor uw ontslag uit het ziekenhuis krijgt, invullen? Zo laat u ons weten wat uw ervaringen zijn gedurende uw verblijf in ons ziekenhuis.

## Contact

Heeft u vragen dan kunt u contact opnemen met de poli:

Maandag t/m vrijdag van 08.30 – 16.30 uur:

- Poli orthopedie Apeldoorn: **055 – 581 82 45**;
- Poli orthopedie Zutphen: **0575 – 59 28 20**;

**Wij wensen u een goed en voorspoedig herstel!**