

Knieprothese - veelgestelde vragen

Hoe lang blijft mijn knie dik, pijnlijk of warm?

Uw knie en uw enkel kunnen dik worden na de operatie en dat is niet ongewoon. Het dik worden vermindert door dagelijks de benen omhoog te leggen en door weer in beweging te komen. Dit kan enkele maanden duren. De pijn na het plaatsen van een knieprothese wordt geleidelijk aan minder, beginnend ongeveer een maand na de operatie. Drie tot vier maanden na de operatie treedt een aanzienlijke verbetering op. U kunt gedurende zes tot twaalf maanden na de operatie een warm (soms zelfs heet) gevoel aan de knie ervaren. Dit komt door het natuurlijke genezingsproces, uw lichaam is zich dus aan het herstellen. Omdat de knieprothese vlak onder de huid zit, voelt u dit duidelijk. Advies is goed uw pijnstilling te gebruiken en deze zeker niet te vroeg te stoppen, daar u anders niet goed de buiging en strekken van de knie goed kan oefenen.

Hoe vaak moet ik oefenen en hoe weet ik dat ik teveel geefend heb?

Overleg dit met uw fysiotherapeut. Voert u de oefeningen serieus uit, maar overdrijf het niet! Bij te veel oefenen vermeerderd de zwelling en de pijn (overbelasting).

Het is wel erg belangrijk dat u in de eerste zes weken probeert te komen tot een volledige strekking van de knie. Buigen mag iets langer duren, om goed te kunnen fietsen en op te staan uit een stoel is een buiging van 100-110 graden nodig.

Wanneer mag ik weer fietsen en autorijden?

Als u voor de operatie ook regelmatig fietste, mag u ongeveer zes weken na de operatie weer gaan fietsen. U moet wel weer voldoende controle over uw been hebben en u moet zich zeker goed genoeg voelen om te fietsen. Gebruik bij voorkeur een damesfiets vanwege de lage instap. Oefenen op een hometrainer is aan te raden. Autorijden is een individuele aangelegenheid, het blijft daarbij altijd uw eigen verantwoordelijkheid om te beoordelen of u hiertoe in staat bent. Als u voldoende controle heeft over uw geopereerde knie kunt u na zes weken weer gaan autorijden.

Moet ik iets aangeven bij de douane, kan ik door het poortje bij het vliegveld, kan ik problemen krijgen bij een MRI-scan?

In uw prothese is titanium/roestvrij staal verwerkt. Dit geeft bijna zeker een signaal bij een douanepoortje. Leg in dat geval rustig uit dat u een prothese heeft. Een brief of een pasje waarin staat dat u een prothese heeft, heeft weinig zin omdat de douane u toch moet controleren. Bij een eventuele MRI-scan in de toekomst moet u melden dat u een prothese heeft. In het algemeen kan het onderzoek wel plaatsvinden.

De huid is gevoelloos. Kan dat?

Ja dat kan. De oppervlakkige huidzenuwen zijn doorgesneden. Het duurt een tijd voordat dit weer aan elkaar is hersteld. Meestal wel een jaar, soms is dit blijvend. Advies is om de eerste drie a vier maanden niet direct met het litteken in de zon te komen

Wanneer mag ik weer sporten?

Er is een groot verschil tussen sporten in belasting en risico. Een prothese blijft een mechanische vervanging van uw eigen gewricht en is niet gemaakt voor intensieve of zware sport. Er zijn mensen die skiën, tennissen en hardlopen. Dit brengt wel grote risico's met zich mee en verkort de levensduur van de prothese.

Sportbeoefening is mogelijk vanaf een **drie- tot zestal** maanden na de ingreep doch dit tijdstip wordt grotendeels bepaald door uw revalidatie.

Zijn er bewegingen die ik niet mag maken

U mag alle normale bewegingen met de nieuwe knie maken, echter soms is het zitten op de knie vervelend.

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, psb@bernhoven.nl.

Bernhoven

Nistelrodeseweg 10
5406 PT UDEN

Postbus 707
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40
E: communicatie@bernhoven.nl
I: www.bernhoven.nl



Ga naar

www.zorgkaartnederland.nl

Code: Datum gewijzigd: dinsdag 14 november 2017