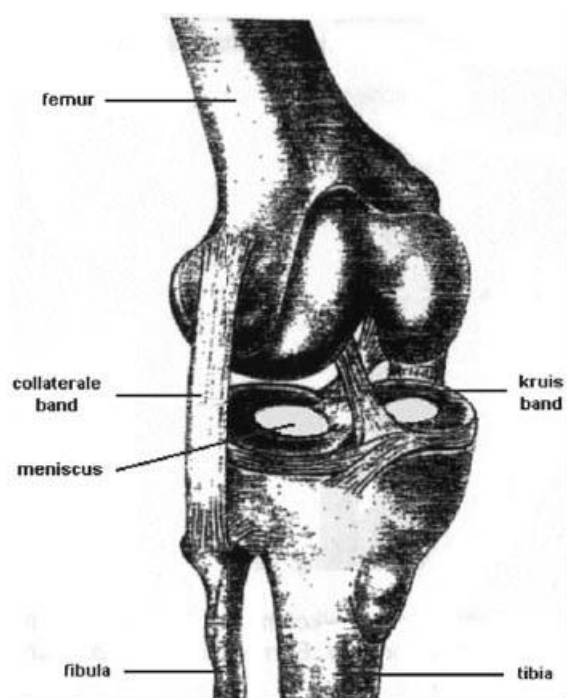


## **Knieoperatie voorste kruisband in dagopname**

In overleg met uw behandelend arts heeft u besloten dat bij u een operatie wordt uitgevoerd waarbij de gescheurde voorste kruisband van uw knie wordt vervangen. Deze operatie wordt in medische termen ook wel kruisbandplastiek genoemd. De ingreep wordt uitgevoerd door de orthopedisch chirurg. In deze folder leest u hoe deze operatie in Bernhoven verloopt.

### ***Het kniegewricht***

De knie bestaat uit botten, banden, gewrichtskraakbeen en pezen. Het bovenbeen (femur) en het onderbeen (tibia) zijn de belangrijkste botten, die aan het eind bekleed zijn met gewrichtskraakbeen. Aan de buitenkant zitten twee belangrijke banden: de binnenband (mediale band) en de buitenband (laterale band), die voor de zijdelingse stabiliteit van de knie zorgen. Binnen de knie liggen de voorste kruisband en de achterste kruisband. Deze voorkomen dat het onderbeen naar voren of naar achteren verschuift. Daarnaast voorkomen de kruisbanden bepaalde draibewegingen tussen het boven- en onderbeen. In de knie bevinden zich tussen het boven- en onderbeen twee maanvormige schijfjes van zacht kraakbeen (de meniscus). Deze vangen schokken van de knie op en zorgen dat het boven- en onderbeen in iedere stand goed op elkaar passen.



### **Welke klachten kunt u hebben?**

Doordat uw voorste knieband gescheurd is, ontstaat er speling in het kniegewricht. Deze speling zorgt ervoor dat de knie instabiel wordt. Deze instabiliteit kan kraakbeenbeschadiging en een gescheurde meniscus veroorzaken. Meestal bestaan deze klachten al enige tijd en heeft fysiotherapie onvoldoende resultaat gehad. Tijdens de operatie plaatst de orthopedisch chirurg een nieuwe kruisband zodat de speling in het gewricht vermindert.

### ***Wat is het resultaat van de ingreep?***

In het algemeen duurt de totale herstelperiode na de operatie ongeveer negen maanden. Bij de ene patiënt duurt het herstel wat langer dan bij de andere. Het resultaat van de operatie is bij meer dan 95% van de patiënten goed. Dat wil zeggen dat de instabiliteit en de speling in de knie zijn verdwenen. Sporthervatting op het niveau van vóór het scheuren van de kruisband, kan meestal na negen maanden.

## **Hoe verloopt de behandeling?**

### ***Dagopname***

Voor deze operatie komt u één dag naar het ziekenhuis. U meldt zich 's ochtends op de afgesproken tijd op de dagopname in het Ambulant Centrum op route 140. U mag aan het einde van de dag, als u zich goed voelt weer naar huis. Zorg dat er iemand is die u brengt en ophaalt, want u mag niet zelf autorijden. Opnameplanning informeert u over de datum waarop u wordt geopereerd. Ook wordt met u een afspraak gemaakt voor het spreekuur PPO (Preoperatief Poliklinisch Onderzoek). Op dit spreekuur heeft u een gesprek met een doktersassistente, een verpleegkundige en met de anesthesioloog (= de specialist die voor de verdoving zorgt).

### ***Actueel medicatieoverzicht (AMO); meenemen voor uw eigen veiligheid***

#### **Wat is een AMO?**

AMO staat voor actueel medicatieoverzicht. Het is dus een overzicht van de medicijnen die u op dat moment gebruikt.

#### **Waarom een AMO?**

Als uw arts medicijnen wil voorschrijven, leest de arts in uw AMO welke medicijnen u al gebruikt. Zo voorkomen we dat u medicijnen voorgeschreven krijgt die niet goed combineren met andere medicijnen.

#### **Hoe kom ik aan mijn AMO?**

Uw apotheker print voor u een AMO uit. Vertel uw apotheker ook als u medicijnen gebruikt zonder recept zoals pijnstillers, vitamines, anticonceptie pil of St. Janskruid en meld ook allergieën.

#### **Ik heb nieuwe medicijnen gekregen. Hoe kom ik aan een aangepast AMO?**

Tijdens uw ziekenhuisopname, polikliniekbezoek of bezoek aan uw huisarts kan uw medicijngebruik zijn veranderd. Let er op dat wijzigingen van medicatie of nieuwe gegevens in uw overzicht worden opgenomen door uw apotheker.

#### **Wanneer neem ik mijn AMO mee?**

Zorg dat u het overzicht altijd bij u heeft als u naar de specialist gaat. Dan kan de specialist zien of eventuele nieuwe medicijnen samengaan met medicijnen die u al heeft. Neem het ook mee als u naar de tandarts gaat.

#### **Hoelang is uw AMO geldig?**

Het document is maximaal drie maanden geldig maar dient bij iedere wijziging in de medicatie tussentijds opnieuw worden vervangen. Uw apotheek kan het actuele medicatie overzicht verstrekken.

Wanneer u niet kunt komen

Wanneer u op de afgesproken tijd toch niet kunt komen, neem danop tijd contact op met opname planning om dit door te geven. Er wordt dan een nieuwe afspraak voor u gemaakt.

**Telefoonnummer: 0413 - 40 19 17**

### ***Vorbereiding op de operatie***

U krijgt op de afdeling operatiekleding aan. Het is niet toegestaan om tijdens de operatie eigen kleding te dragen. Daarna wordt u op uw bed naar de voorbereidingskamer gereden. Op de voorbereidingskamer wordt een infuus in uw arm ingebracht. Via dit infuus krijgt u medicijnen en vocht toegediend.

### **Verdoving**

De operatie vindt plaats onder plaatselijke verdoving (ruggenprik). Dit betekent dat alleen het onderlichaam gevoelloos wordt gemaakt. Tijdens de operatie kan de anesthesioloog u wel laten slapen. Eventuele vragen over de verdoving kunt u op het spreekuur PPO met de anesthesioloog bespreken.

### **De operatie**

Op de plaats van de oorspronkelijke kruisband wordt een nieuwe band gemaakt van lichaamseigen materiaal. Er bestaan verschillende operatietechnieken om de kruisband te vervangen.

Voor de nieuwe kruisband kan gebruik worden gemaakt van de hamstringpezen. Deze bevinden zich aan de binnenzijde van de knie en worden er via een apart sneetje van ongeveer 5 cm uitgenomen. Het voordeel van deze techniek is dat de revalidatie vaak sneller verloopt omdat het minder pijnlijk is. Ook zijn de hamstringpezen extra stevig omdat ze dubbel geklapt worden. Voor het vastzetten van de pezen, maakt de orthopedisch chirurg gebruik van een oplosbaar staafje in het bovenbeen. In het onderbeen zet de orthopedisch chirurg de pezen vast met een schroef. Beide operaties worden via een kijkoperatie (arthroscopie) uitgevoerd. Hiervoor worden drie sneetjes van ongeveer één centimeter in de huid gemaakt.

Ook is het mogelijk om van gebruik te maken van het middelste gedeelte van de knie sterk pees met twee botblokjes die daar aan vastzitten. Hiervoor maakt de orthopedisch chirurg een snee in de knie van ongeveer zes centimeter. Het voordeel van deze techniek is dat de twee botblokjes stevig met twee schroeven in het boven- en onderbeen vastgezet kunnen worden. Een nadeel is dat het herstel (revalidatie) soms gepaard gaat met langdurige pijnklachten aan de voorzijde van de knie (de plaats waar de pees is uitgesneden).

Beide operaties worden via een kijkoperatie (arthroscopie) uitgevoerd. Hiervoor worden drie sneetjes van ongeveer één centimeter in de huid gemaakt.

Buiten de kruisband bekijkt de orthopedisch chirurg ook het overige gedeelte van de knie en herstelt eventuele beschadigingen van het kraakbeen en de meniscus. Tenslotte worden de wonden gehecht. Om zwelling te voorkomen wordt een drukverband om uw knie aangelegd.

### **Complicaties**

Bij alle operaties kunnen complicaties optreden. Zo zijn er ook bij deze operatie de normale risico's op complicaties van een operatie zoals: trombose, nabloeding en wondinfectie. Gelukkig komen deze weinig voor. Daarnaast komt het soms voor dat een verminderde strekfunctie van de knie optreedt.

### **Na de operatie**

Na de operatie komt u op de uitslaapkamer en wordt u door een verpleegkundige naar de verpleegafdeling gebracht.

- In uw arm zit een infuus. Als u niet misselijk bent, u al wat heeft gedronken en geplast, verwijdert de verpleegkundige het infuus.
- Om trombose te voorkomen, is het mogelijk dat u een injectie krijgt die het bloed verdunt.

### **Naar huis**

Aan het einde van de dag gaat u naar huis. Van de verpleegkundige krijgt u een kaartje mee om zelf een afspraak te maken voor een controlebezoek op de polikliniek orthopedie. Ook krijgt u een verwijfsbrief voor fysiotherapie mee naar huis met daarop de behandelrichtlijn voor de fysiotherapeut bij u in de buurt. Zo nodig krijgt u ijspakkingen mee om de zwelling en de pijn te verminderen.

### **Weer aan het werk**

Wat de gevolgen van uw aandoening en/of de behandeling voor uw werk zijn, kunt u met uw specialist overleggen. De specialist kan uw bedrijfsarts informeren over de ingreep. Om uw privacy te beschermen is uw toestemming nodig voor overleg tussen de specialist en uw bedrijfsarts. De bedrijfsarts is degene die u begeleidt bij de terugkeer naar uw werk. Daarom is het belangrijk dat uw bedrijfsarts op de hoogte is van uw aandoening of behandeling. Het is goed om de bedrijfsarts al vóór de operatie, of in ieder geval zo snel mogelijk daarna te informeren. Dat maakt het gemakkelijker om tot goede afspraken met uw bedrijfsarts te komen.

### **Adviezen voor thuis**

Na de operatie is uw knie geïrriteerd en gezwollen. Om overbelasting van het gewricht te voorkomen is het belangrijk dat u onderstaande adviezen opvolgt:

- Beperk het lopen de eerste week zoveel mogelijk. Wissel houdingen af en leg regelmatig het been hoog als u zit. Dit om te voorkomen dat de knie meer gaat zwellen.
- Bij afnemende pijn en zwelling kunt u geleidelijk aan de belasting op het geopereerde been opvoeren. Na vier tot zes weken heeft u de krukken meestal niet meer nodig (in overleg met de fysiotherapeut).
- Pijn en zwelling kunt u verminderen door regelmatig (gedurende ongeveer 15 minuten) een ijspakking op de knie te leggen.
- Voor de pijn kunt u eventueel pijnstillers innemen, bijvoorbeeld paracetamol. Soms krijgt u een recept voor pijnstillers mee.
- De eerste week mag u (mits de wond dicht is) douchen, maar nog niet in bad gaan. Dit om te voorkomen dat de wond week wordt.
- Overleg met uw fysiotherapeut over het moment waarop u weer kunt beginnen met fietsen, autorijden en sporten.

### **Problemen thuis**

Wanneer de pijn de eerste dagen na de operatie toeneemt of u krijgt koorts, neemt u dan contact op met de polikliniek orthopedie. Buiten kantooruren belt u naar de receptie van het ziekenhuis, telefoonnummer: 0413 - 40 40 40.

- **Polikliniek orthopedie:** 0413 - 40 19 71

### **Heeft u nog vragen?**

Wanneer u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, kunt u gerust contact opnemen met uw behandelend arts polikliniek orthopedie 0413 - 40 19 71

---

*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](mailto:psb@bernhoven.nl).*

Nistelrodeseweg 10  
5406 PT UDEN

Postbus 707  
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40  
E: [communicatie@bernhoven.nl](mailto:communicatie@bernhoven.nl)  
I: [www.bernhoven.nl](http://www.bernhoven.nl)

Ga naar  
[www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

Code: Datum gewijzigd: dinsdag 22 september 2020