



Sint-Maarten
algemeen ziekenhuis
emmaüs

Knie-artroscopie
Dageenheid 180 - Route 180

Wat is een knie-artroscopie?

Een artroscopie van de knie is het bezichtigen van de binnenzijde van het kniegewricht door middel van een endoscoop of kijkbuis. Tijdens deze inspectie kunnen ook chirurgische handelingen worden uitgevoerd (o.a. ingrepen op het kraakbeen, meniscus,...)

Wat mag je verwachten gedurende je verblijf?

VOOR DE OPERATIE

Mogelijk heb je reeds vooraf pré-operatieve onderzoeken laten uitvoeren. Indien niet, dan zullen afhankelijk van je leeftijd (vanaf 60 jaar) of indien je arts het nodig acht, de volgende onderzoeken uitgevoerd worden:

- een bloedonderzoek
- een hartonderzoek (ECG).

Voor de ingreep krijg je, en dit op voorschrift van de anesthesist, een tabletje waardoor je wat slaperig kan worden.

- Operatieschortje moet aangedaan worden.
- Slip mag aanblijven
- Voor het vertrek naar de operatiekamer ga je nog eens plassen en controleert de verpleegkundige dat juwelen, kunstgebit, contactlenzen, bril, nagellak, piercings verwijderd zijn.

VERTREK NAAR DE OPERATIEZAAL

Het transport naar de operatiezaal gebeurt met het bed. Vanaf dat ogenblik ben je ongeveer twee à drie uur weg van de kamer. Je krijgt een infuus geprikt in de voorbereiding. De chirurg markeert de operatiezone. Aan anesthesie mag je je voorkeur voor de narcose kenbaar maken.

ONTWAAKKAMER

Na de ingreep verblijf je nog enige tijd in de ontwaakruimte, tot je goed wakker bent en alles met je in orde is (bloeddruk, polsslag, ademhaling, pijn, ...). Daar kan je geen bezoek ontvangen.

TERUG OP DE KAMER

- Het tijdstip waarop je mag drinken wordt door de verpleegkundige opgevolgd.
- Absolute bedrust is noodzakelijk tot nader order.
- Je kan mogelijk wat keelpijn hebben t.g.v. de narcose.

VOOR ONTSLAG

- Controle van bloeddruk, pols, pijn, ...
- Indien je je goed voelt, krijg je één uur na het drinken een lichte broodmaaltijd.
- Het verband wordt verwijderd, de wondjes worden nagekeken en eventueel verzorgd en er wordt een steunverband voorzien.

ONTSLAG

- De behandelende arts ziet je in de ontwaakruimte of komt langs op de kamer en vult eventuele documenten in (verzekeringen, werkonbekwaamheid, ontslagbrief voor de huisarts, ...) en een controleraadpleging wordt voorzien een viertal weken na de ingreep.
- Bij het verlaten van het ziekenhuis dien je nog geen betaling te doen. We vragen je wel uitdrukkelijk om een verpleegkundige te verwittigen wanneer je de eenheid verlaat.

Verder verloop thuis

Voeding

Op de dag van de ingreep raden wij je aan een lichte maaltijd te gebruiken.

Wondzorg

- De kleefpleisters op de wondjes blijven ter plaatse. De hechtingen worden verwijderd 10 dagen postoperatief.
De wondjes dienen niet vroeger te worden nagekeken, tenzij ze abnormaal veel vocht zouden draineren of erg pijn doen. Raadpleeg in dat geval je huisarts.
- Je mag een douche nemen met de speciale pleisters ter plaatse, een bad is evenwel niet toegelaten. Na de douche het verband goed droog deppen. De wonde zelf mag niet nat worden.
- De hechtingen worden verwijderd door de huisarts, tenzij anders afgesproken na de ingreep. Twee dagen na het verwijderen van de hechtingen mag je een bad nemen.
- Je krijgt een steunverband mee naar huis. Draag het naar believen, het zal vaak je comfort verhogen, de eerste week na de artroscopie.
's Nachts dient het evenwel te worden verwijderd om zwelling van het onderbeen te voorkomen.

Pijn

- Om de pijn te verzachten en de zwelling te doen verminderen, kan je ijs op de knie leggen: je pakt ijsblokjes in een plastic zak of je gebruikt een "cold-hot-pack". Hier vouw je een handdoek rond om de huid te beschermen. Indien de pijn blijft, ondanks rust en ijsapplicaties, neem dan terug contact op met onze raadpleging of huisarts.
- Het gevoel van vocht in het gewricht en het soms horen van geluiden mag je niet verontrusten. Het gaat hier om vocht en lucht welke na de ingreep in het gewricht zijn achtergebleven. Dit wordt vanzelf opgeslorpt na enkele dagen.
- Er wordt pijnmedicatie voorgeschreven.

Mobiliteit

- Ter preventie van bloedklonters of trombose moet er gedurende 10 dagen Clexane SC in de buik worden ingespoten door een thuisverpleegkundige of door jezelf. Hiervoor worden de nodige voorschriften bezorgd.

- Je mag volledig steunen en stappen op het geopereerde been. D.w.z. dat je binnenshuis zonder krukken mag rondlopen, maar dat je buitenshuis eventueel 2 krukken dient te gebruiken om de knie niet te overbelasten. Tracht een zo normaal mogelijk gangpatroon te ontwikkelen. In principe verbetert dit in de loop van de dagen na de ingreep. Tijdens de opname zal de kinesitherapeut je hierover informeren.
- Plooiën van de knie is toegelaten, zonder evenwel tot het uiterste aan te dringen. Tracht niet volledig te hurken of te knielen zolang dit niet spontaan soepel verloopt, hetgeen soms vele weken tot enkele maanden kan duren.
- Je mag fietsen, ongeveer vanaf de vijfde dag na de ingreep, wanneer je je daartoe in staat voelt en de wondjes niet opvallend veel vocht draineren.
- Je mag met de wagen rijden enkele dagen na de ingreep, wanneer je je daartoe in staat acht.
- Langere wandelingen zijn de eerste drie weken na de ingreep af te raden.
- Loop- en springoefeningen zijn, behoudens tegenadvies, toegelaten na twee à drie weken. Ongelimiteerd sporten mag pas wanneer een normale functie en kracht van de dijspieren aanwezig is. Dit wordt het best besproken op de controle raadpleging bij je specialist.
- Kinesitherapie mag je reeds beginnen na twee dagen.
- Uitzonderingen op bovenvermelde regels en oefeningen voor mobilisatie en belasting zijn o.a.:
 - als er een meniscus werd gehecht (zelden)
 - als een kruisband of andere gewrichtsband werd hersteld
 - als er zeer ernstige kraakbeen letsels zijn gevonden

In deze gevallen zal je uitvoerig ingelicht worden over een speciaal oefenschema.

Bijkomende raadgevingen

Meestal is er een lichte zwelling van het gewricht na de ingreep. Dit is volkomen normaal. Deze zwelling zal na enkele dagen stilaan verminderen. Indien er na enkele dagen opnieuw toename van de zwelling optreedt, moet dit voor jou het signaal zijn om je activiteiten en oefeningen wat te verminderen.

Alarmtekens

- indien je koorts ontwikkeld boven 38°C
- drainage van overvloedig wondvocht-etter of nabloeding
- pijnlijke, gespannen kuit met roodheid en zwelling

Wij willen je er nogmaals op wijzen dat je de eerste 24 uur na de ingreep:

- geen auto, fiets of bromfiets mag besturen;
- niet mag werken;
- geen alcohol mag drinken;
- geen voorwerpen mag hanteren die een verwonding kunnen veroorzaken;
- geen machines mag bedienen;
- geen kleine kinderen mag dragen;
- niet alleen mag blijven.

Mochten er na je ontslag uit het dagziekenhuis toch problemen opduiken, dan kan je steeds terecht bij:

- je huisarts
- je behandelende arts
- het ziekenhuis:
- dageenheid 180 - tel. 015 89 21 80 op werkdagen tussen 8 en 20 uur
- spoedgevallen - tel. 015 89 20 90 buiten de uren van dageenheid 180

Wij wensen je een spoedig herstel!

A large, abstract yellow shape on the left side of the page, resembling a stylized 'S' or a thick brushstroke, extending from the top left towards the bottom right.

AZ Sint-Maarten
Liersesteenweg 435
2800 Mechelen

tel. 015 89 10 10
azsintmaarten@emmaus.be
www.azsintmaarten.be

© **vzw Emmaüs - AZ Sint-Maarten**

Overname van deze tekst en/of illustraties voor commerciële doeleinden of voor gebruik in een publicatie is enkel mogelijk na toestemming van de directie van AZ Sint-Maarten. In ieder ander geval moet de bron vermeld worden.

vzw Emmaüs - Edgard Tinellaan 1c - 2800 Mechelen
RPR Antwerpen-Mechelen - BE 0411.515.075

B0277 06-07-2023