



Arthroscopie knie

Heelkundig dagziekenhuis

01 Inhoud

Wat is een arthroscopie?	4
Wanneer is een arthroscopie aangewezen?	4
Hoe verloopt de opname in het ziekenhuis?	5
Dag voor de ingreep	6
Dag van de ingreep	6
Dag na de ingreep	8
Waarschuwingstekens voor de thuissituatie	10

02 Welkom

Je wordt binnenkort in ons ziekenhuis opgenomen voor een arthroscopie van de knie.

Wellicht roept deze behandeling bij jou toch wel wat vragen op.

Met deze brochure trachten we al een aantal vragen te beantwoorden. Je vindt hierin praktische informatie over deze behandeling, de voorbereiding, het verloop en de zorgen nadien.

Heb je na het lezen van deze brochure nog bijkomende vragen, opmerkingen of wensen, aarzel dan niet om deze te bespreken met jouw arts of met de verpleegkundige van het heilkundig dagziekenhuis.

We wensen je alvast een aangenaam verblijf en een spoedig herstel op onze afdeling.

Dienst heilkundig
dagziekenhuis

03 Wat is een arthroscopie?

Een arthroscopie is een heelkundige ingreep waarbij de chirurg door middel van een kleine camera in het kniegewricht kan kijken om op die manier een correcte diagnose te stellen en het probleem in het kniegewricht te behandelen.

Voor het uitvoeren van de ingreep zijn minimum 2 openingen nodig van gemiddeld een 5-tal mm om de camera in het gewricht te kunnen steken en eventueel ook instrumenten die gebruikt worden tijdens de ingreep. Door middel van een videocamera die op de lens gemonteerd wordt, kan de chirurg het binnenste van het gewricht op een monitor zien. In sommige gevallen (bij een ruggenprik) kan de patiënt de ingreep mee volgen.

04 Wanneer is een arthroscopie aangewezen?

Een kijkoperatie van de knie is aangewezen wanneer er in het gewricht letsels zijn ter hoogte van het kraakbeen, meniscus, slijmvlies, kruisbanden of andere ligamenten of een combinatie van verschillende letsels.

Meestal is het zo dat je reeds geruime tijd last hebt aan het kniegewricht; soms plots opgekomen na een verkeerde beweging of ongeval; soms geleidelijk aan opgekomen.

Hoe verloopt de opname in het ziekenhuis?

Op de consultatie is besloten om een arthroscopie uit te voeren. Het moment van de ingreep werd samen met jou vastgelegd. Deze ingreep gebeurt meestal in dagopname, dit wil dus zeggen dat je dezelfde dag van de ingreep terug naar huis kan.

Op de consultatie krijg je van de chirurg een informatiemap mee van het heelkundig dagziekenhuis, de afdeling waar je voor deze ingreep wordt opgenomen.

In deze map zit:

- een folder met algemene richtlijnen voor daghospitalisatie: wat je moet meebrengen naar het ziekenhuis en hoe de opname zal verlopen de dag van de ingreep;
- een toestemmingsformulier;
- een preoperatief medisch dossier met aan de binnenzijde een preoperatieve vragenlijst in te vullen door jou, eventueel met hulp van jouw huisarts. Belangrijk zijn:
 - allergieën (vb. voor antibiotica, latex, ...);
 - inname van bloedverdünnende medicatie;
 - doorgemaakte ziektes.
- een informatiebundel aangaande de geldende ziekenhuistarieven;
- een informatieblad aangaande pijnbestrijding na de operatie.

Indien de chirurg het nodig acht zal hij vragen om eventuele bijkomende onderzoeken (bloedafname, RX, ...) te laten uitvoeren. Je wordt doorverwezen naar de anesthesist voor een preoperatief consult (een gesprek/onderzoek) zodat deze arts, die je zal verdoven tijdens de ingreep, beter op de hoogte is van jouw lichamelijke toestand. Er kan dan tevens afgesproken worden welke verdoving voor jou het meest geschikt is: een volledige narcose of een ruggenprik zodat alleen de benen slapen. Je komt hiervoor bij de dienst vooropname waar ze deze onderzoeken en afspraken voor jou kunnen plannen.

06 Dag voor de ingreep

Je zal een telefoontje ontvangen van de administratief bediende van het heilkundig dagziekenhuis om het juiste uur door te geven waarop je naar het ziekenhuis moet komen.

Je moet uiteraard nuchter zijn, dit wil zeggen dat je vanaf middernacht **NIETS** meer mag eten of drinken. Indien je toch medicatie moet nemen (in samenspraak met chirurg of anesthesist) neem deze dan 's morgens met een

klein slokje water. Je mag ook niet roken! Je kan je knie thuis reeds scheren. 15 cm boven en onder de knie is voldoende.

Het is de bedoeling om in het ziekenhuis de wachttijden voor de ingreep zo kort mogelijk te houden. Je zal rekening moeten houden met een wachttijd van ongeveer twee uur, dit is nodig om alle administratie voor de ingreep in orde te maken.

07 Dag van de ingreep

Je meldt je op het afgesproken uur aan, aan het onthaal van het ziekenhuis waar je wordt ingeschreven. Nadien neem je plaats in de wachtzaal van het heilkundig dagziekenhuis. Even later zal een verpleegkundige samen jouw preoperatief dossier overlopen en jou op de hoogte brengen van het verdere verloop van de dag. Je geeft alle documenten die door de dokter dienen ingevuld te worden (werk, verzekering, ...) best af aan de verpleegkundige.

Op de kamer krijg je van de verpleegkundige ook een operatiehemd. Je kan al jouw persoonlijke spullen opbergen in een persoonlijk kastje. Je neemt plaats in de voorbereidingsruimte van het operatiekwartier en vanaf hier neemt de verpleegkundige van het operatiekwartier het over.

Na de ingreep verblijf je nog even in de ontwaakruimte, hier kan je rustig wakker worden. Je bloeddruk en pols worden gecontroleerd en men zorgt

ervoor dat de pijn onder controle is. Als alles in orde is, kan je naar een kamer op het heelkundig dagziekenhuis.

Voor de ingreep heb je dus een kamer waar de familie wacht tijdens de ingreep of indien gewenst kan de familie opgebeld worden door een verpleegkundige als je terug op de kamer bent. Je mag rekenen dat je ongeveer 2 uur in het operatie-kwartier zal zijn (voorbereiding – ingreep – ontwaakzaal).

Na de ingreep blijf je een tijdje in bed op de kamer. Na een uur mag je wat drinken en na 2 uur, als je je goed voelt, gaat de verpleegkundige een speciaal steunverband, ijsbrace, om de knie doen en daarna mag je terug aankleden en opstaan. De verpleegkundige geeft de nodige uitleg over wat er allemaal moet gebeuren als je thuis bent. Je kan daarna in een comfortabele zetel genieten van een kopje koffie en een koekje.

De chirurg komt langs op het heelkundig dagziekenhuis en zal meedelen wat hij juist heeft gedaan tijdens de ingreep en wat er verder moet gebeuren.

Je krijgt allerhande documenten mee:

- een brief voor de huisarts;
- voorschriften voor medicatie en kinesitherapie;
- attesten voor het werk of ziekenfonds.

Als je je goed voelt, mag je dan het heelkundig dagziekenhuis verlaten. Je moet er wel rekening mee houden dat je **NIET** met de wagen mag rijden.

08 Dag na de ingreep

Huisarts of thuisverpleegkundige

Je moet jouw huisarts of thuisverpleegkundige consulteren zodat ze de wonde kunnen inspecteren en zo de eerste wondzorg kunnen uitvoeren. De arts kan je nog de nodige voorschriften (medicatie, verpleging) bezorgen.

Verband

De huisarts heeft jouw verband nagekeken. Het is niet nodig het verband dagelijks te vervangen. Enkel indien het verband bevuild of vochtig is (vb. na het douchen) kan je de knie ontsmetten met Braunol en een nieuw verband aanbrengen of laten verzorgen door de thuisverpleegkundige. Je mag douchen maar niet baden zolang de hechtingen aanwezig zijn.

Pijnstilling

Zoals voorgeschreven door jouw huisarts.

Als de voorgeschreven pijnstilling niet voldoet, mag je Paracetamol 1g tot 4x/dag bijkomend innemen.

Steunverband

Je hebt een steunverband gekregen. Dit moet je overdag dragen, behalve als je rust. De bijhorende ijszakken moeten 3 tot 4 keer per dag in het steunverband aangebracht worden. Als het ijs warm is geworden, plaats je het terug in de diepvries. Je kan het steunverband dan dragen zonder de ijszakken. Het steunverband wordt gedurende 1 week gedragen en nadien volgens afspraak met de kinesist.

Bij ongemak en/of zwelling van de knie kan je de ijszak(ken) tijdens het rusten op de knie aanbrengen. Zorg steeds voor bescherming rond de ijszak vb. met een keukenhanddoek. Wanneer je rust, probeer dan steeds het geopereerde been in hoogstand te leggen.

Krukken

Het is wenselijk dat je stapt met krukken volgens instructie van jouw behandelend arts. Je zal op deze manier het geopereerde been minder belasten. Bij sommige operaties moet je langer met krukken stappen (cfr. het advies van de chirurg).

Hechtingen

Je mag de hechtingen bij jouw huisarts laten verwijderen, na 12 tot 14 dagen (zie ontslagbrief).

Kinesitherapie

Je mag met het kiné-programma beginnen volgens de afspraak met jouw behandelend chirurg.

Anti-trombose behandeling (niet voor iedereen)

Vooraleer je terug naar huis gaat, krijg je een eerste inspuiting in het dagziekenhuis. Een thuisverpleegkundige zet de behandeling dan thuis verder op advies van de chirurg.

Controleraadpleging

Voor ontslag heb je een controleafspraak ontvangen, zo niet gelieve contact op te nemen met de consultatie van de behandelend chirurg.

De dag na de ingreep zal een verpleegkundige van het heelkundig dagziekenhuis telefonisch contact met jou opnemen om te informeren hoe je het stelt na de ingreep. Als je op dat moment nog vragen hebt, kan je die aan de verpleegkundige stellen.

09

Waarschuwingstekens voor de thuissituatie

In volgende gevallen neem je best contact op met je huisarts of behandelend chirurg:

- bij koorts $> 38,5^{\circ} \text{C}$;
- dik gezwollen been of voet.

Vragen?

Contacteer in eerste instantie je huisarts. Indien de huisarts je doorverwijst of niet bereikbaar is, kan je contact opnemen met:

Dienst vooropname
iedere werkdag van 09.00 uur tot 17.30 uur
tel.: 011 69 91 15

Heelkundig dagziekenhuis
tel.: 011 69 98 95

Het heelkundig dagziekenhuis bevindt zich op de 4de verdieping van blok G (gele kleur volgen).



Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10
info@stzh.be • www.sint-trudo.be