

# Welkom

Geachte patiënt  
Geachte familie

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

Wellicht roept deze behandeling bij u toch wel wat vragen op. Met deze brochure trachten we al een aantal vragen te beantwoorden. U vindt hierin praktische informatie over deze behandeling, de voorbereiding, het verloop en de zorgen nadien.

Heeft u na het lezen van deze brochure nog bijkomende vragen, opmerkingen of wensen, aarzel dan niet om deze te bespreken met uw arts of met de verpleegkundige van het heelkundig dagcentrum.

We wensen u alvast een succesvolle behandeling.

# Wat is een arthroscopie?

Een arthroscopie is een heerkundige 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 video-camera 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.

# 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 u 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 u vastgelegd. Deze ingreep gebeurt meestal in dagopname, dit wil dus zeggen dat u dezelfde dag van de ingreep terug naar huis kunt. Op de consultatie krijgt u van de chirurg een informatiemap mee van het heelkundig dagcentrum, de afdeling waar u voor deze ingreep wordt opgenomen.

In deze map zit:

- een folder met algemene richtlijnen voor daghospitalisatie: wat u moet meebrengen naar het ziekenhuis, hoe de opname zal verlopen de dag van de ingreep
- 2 toestemmingsformulieren
- een preoperatief medisch dossier met aan de binnenzijde een preoperatieve vragenlijst in te vullen door uzelf, eventueel met hulp van uw huisarts. Belangrijk zijn:
  - allergieën (vb. voor antibiotica, latex ...)
  - inname van bloedverdunnende 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 (bloedname, RX) te laten uitvoeren. U wordt doorverwezen naar de anesthesist voor een preoperatief consult (een gesprek/onderzoek) zodat deze arts, die u zal verdoven tijdens de ingreep, beter op de hoogte is van uw lichamelijke toestand. Er kan dan tevens afgesproken worden welke verdoving voor u het meest geschikt is: een volledige narcose of een ruggenprik zodat alleen de benen slapen. U komt hiervoor bij de dienst vooropname waar ze deze onderzoeken en afspraken voor u kunnen plannen.

# Dag voor de ingreep

U zal een telefoontje ontvangen van de administratief bediende van het heelkundig dagcentrum om het juiste uur door te geven waarop u naar het ziekenhuis (Diestersteenweg 100) moet komen.

U moet uiteraard nuchter zijn, dit wil zeggen dat u vanaf middernacht NIETS meer mag eten of drinken. Indien u toch medicatie moet nemen (in samenspraak met chirurg of anesthesist) neem deze dan 's morgens met een klein slokje water. U mag ook niet roken!

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

# Dag van de ingreep

U meldt zich op het afgesproken uur aan, aan het onthaal van het ziekenhuis waar u wordt ingeschreven. Nadien neemt u plaats in de wachtzaal van het heelkundig dagcentrum. Even later zal een verpleegkundige samen met u uw preoperatief dossier overlopen en u op de hoogte brengen van het verdere verloop van de dag. U geeft alle documenten die door de dokter dienen ingevuld te worden (werk, verzekering ...) best af aan de verpleegkundige.

Op het moment van de ingreep wordt u begeleid naar de kamer. U krijgt een operatiehemdje, een badjas en slippers. U kunt al uw persoonlijke spullen opbergen in een persoonlijk kastje. U neemt plaats in de voorbereidingsruimte van het operatiekwartier en vanaf hier neemt de verpleegkundige van het operatiekwartier het over.

Na de ingreep verblijft u nog even in de ontwaakruimte, hier kunt u rustig wakker worden. De bloeddruk en pols worden gecontroleerd en men zorgt ervoor dat de pijn onder controle is. Als alles in orde is, kunt u naar een kamer op het heelkundig dagcentrum.

Voor de ingreep heeft u dus een kamer waar de familie wacht tijdens de ingreep of indien gewenst kan de familie opgebeld worden door een verpleegkundige als u terug op de kamer bent. U mag rekenen dat u ongeveer 2 uur in het operatiekwartier zal zijn (voorbereiding – ingreep – ontwaakzaal).

Na de ingreep blijft u een tijdje in bed op de kamer. Na een uur mag u wat drinken en na 2 uur, als u zich goed voelt, gaat de verpleegkundige een speciaal steunverband, ijsbrace, om de knie doen en daarna mag u zich aankleden en opstaan. De verpleegkundige geeft de nodige uitleg over wat er allemaal moet gebeuren als u thuis bent. U kunt daarna in een comfortabele zetel genieten van een kopje koffie en een koekje. De chirurg komt langs op het heelkundig dagcentrum en zal medelen wat hij juist heeft gedaan tijdens de ingreep en wat er verder moet gebeuren.

U krijgt allerlei documenten mee:

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

Als u zich goed voelt, mag u dan het heelkundig dagcentrum verlaten. U dient er rekening mee te houden dat u zelf NIET met de wagen mag rijden.



# Dag na de ingreep

## **Huisarts of thuisverpleegkundige**

U moet uw huisarts of thuisverpleegkundige consulteren, zodat ze de wonde kunnen inspecteren en zo de eerste wondzorg kunnen uitvoeren.

De arts kan u nog de nodige voorschriften (medicatie, verpleging) bezorgen.

## **Verband**

De huisarts heeft uw verband nagekeken. Het is niet nodig het verband dagelijks te vervangen. Enkel indien het verband bevuild is of vochtig (bv. na het douchen) kunt u de knie ontsmetten met Braunol en een nieuw verband aanbrengen of laten verzorgen door de thuisverpleegkundige.

U mag douchen maar niet baden zolang de hechtingen aanwezig zijn.

## **Pijnstilling**

Zoals voorgeschreven door uw huisarts.

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

## **Steunverband**

U heeft een steunverband gekregen. Dit dient u overdag te dragen, behalve als u rust. De bijhorende ijszakken moeten 3 tot 4 keer per dag in het steunverband aangebracht worden.

Als het ijs warm is geworden, plaatst u het terug in de diepvries. U kunt 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 kunt u de ijszak(ken) tijdens het rusten op de knie aanbrengen. Zorg steeds voor bescherming rond de ijszak bv. met een keukenhanddoek.

Wanneer u rust, probeer dan steeds het geopereerde been in hoogstand te leggen.

## **Krukken**

Het is wenselijk dat u stapt met krukken volgens instructie van uw behandelend arts. U zal op deze manier het geopereerde been minder belasten. Bij sommige operaties dient u langer met krukken te stappen (cfr. het advies van de chirurg).

## **Hechtingen**

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

## **Kinesitherapie**

U mag met het kiné-programma beginnen volgens de afspraak met uw behandelend chirurg.

## **Anti-trombose behandeling** (niet voor iedereen)

Vooraleer u naar huis gaat, krijgt u uw eerste inspuiting in het dagziekenhuis. Een thuisverpleegkundig zet de behandeling thuis verder op advies van de chirurg.

## **Controleraadpleging**

Voor ontslag heeft u 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 dagcentrum telefonisch contact met u opnemen om te informeren hoe u het stelt na de ingreep. Als u op dat moment nog vragen heeft, kunt u die aan de verpleegkundige stellen.

## **Waarschuwingstekens voor de thuissituatie**

- bij koorts > 38,5° C
- dik gezwollen been of voet

Contacteer steeds uw huisarts of behandelend chirurg.

# Contact

Telefoonnummer van het heelkundig dagcentrum: 011 69 98 90

Het heelkundig dagcentrum is gevestigd op de 4de verdieping van blok G (gele kleur volgen).

Adres:

Sint-Trudo Ziekenhuis  
Diestersteenweg 100  
3800 Sint-Truiden

# Notities

A series of horizontal dotted lines for taking notes.