

inhoud

<i>Inhoudstafel</i>	<i>01</i>
<i>Voorwoord</i>	<i>02</i>
<i>Algemene informatie</i>	<i>03</i>
<i>Tips als voorbereiding op de ingreep</i>	<i>05</i>
<i>Noodzakelijke onderzoeken</i>	<i>06</i>
<i>De dag van opname</i>	<i>07</i>
<i>Opname op de afdeling</i>	<i>08</i>
<i>De dag van de ingreep</i>	<i>09</i>
<i>De eerste dag na de ingreep</i>	<i>10</i>
<i>De tweede dag na de ingreep</i>	<i>11</i>
<i>De volgende dagen</i>	<i>12</i>
<i>Ontslag</i>	<i>13</i>

Voorwoord

Beste,

U wordt ingeschakeld in onze snel-fit-formule die een integrale kwaliteitszorg beoogt bij een totale knieprothese. Er is u al uitgelegd waarom bij u een totale knieprothese noodzakelijk is.

Deze brochure geeft u uitleg over het verloop van uw hospitalisatie.

De voorbereidingen die uw opname voorafgaan, de opname in het ziekenhuis en uw verblijf worden belicht.

In deze brochure vindt u ook wat informatie over de ingreep zelf en nog enkele praktische richtlijnen bij ontslag.

Op de laatste consultatie voor de ingreep zal uw chirurg u de belangrijkste zaken omtrent voorbereiding tot operatie, type prothese en verloop uitleggen (kennisname van orthopedische ingreep).

Er wordt ook gevraagd om een infosessie omtrent de ingreep en opname te volgen.(een afspraak wordt gemaakt door een secretaresse orthopedie).

De nodige voorschriften en attesten worden overhandigd en het opnamedocument wordt voorbereid.

Met dit document kunt u in de opnamedienst uw kamer bespreken. Eventueel kunt u contact opnemen met de dienst medisch maatschappelijk werk (rechts van de opnamedienst) in verband met een eventuele opname in een revalidatiecentrum, thuiszorg of familiehelp.

U bent niet ziek
uw knie wel
deze wordt vervangen
zo goed als nieuw.

Algemene informatie

Wat is het plaatsen van een totale knieprothese?

Het is een chirurgische ingreep waarbij zieke of beschadigde delen van het kniegewricht worden weggenomen en vervangen door een kunstbedekking. Deze kunstbedekking bestaat uit metaal en een soort plastic.



Wat kan u van een totale knieprothese verwachten ?

Het plaatsen van een totale knieprothese is een frequent uitgevoerde ingreep geworden met de bedoeling u te bevrijden van de kniepijn. De gemiddelde levensduur van een knieprothese schommelt rond de 20 jaar, afhankelijk van de door u uitgevoerde activiteiten en belasting.

Kan deze operatie mogelijke risico's inhouden ?

- **Infectie** : ter preventie wordt er antibiotica toegediend. Het risico op infectie is niet groter dan bij andere ingrepen.
- **Flebitis en trombose** : er kan een ontsteking (flebitis) van de aders of stolselvorming (trombose) optreden door weinig te bewegen. Om dit te voorkomen worden er bloedverdunnende spuitjes gegeven en krijgt u anti-trombose kousen aangemeten. Goed bewegen van de voeten is noodzakelijk om dit te voorkomen.
- **Stijfheid** : dit kan optreden wanneer men bang is de geopereerde knie te buigen om pijn te voorkomen. Uw eigen enthousiaste medewerking zal ervoor zorgen dat deze stijfheid niet optreedt.
- **Loslating** : de knieprothese kan loskomen door een infectie maar ook door over-belasting van het kniegewricht.

Hoe lang duurt de operatie ?

De duur is afhankelijk van de ernst van uw knieprobleem, maar meestal duurt het plaatsen van een totale knieprothese een tweetal uur.

Zal u een bloedtransfusie moeten krijgen ?

Tijdens de operatie zal u bloed verliezen. Het is daarom mogelijk dat u bij een tekort 1 à 2 zakjes bloed moet krijgen. Of er al dan niet tot transfusie moet worden overgegaan wordt bepaald door een bloedcontrole op vastgestelde tijdstippen. (Op de 1ste en 4de dag)

Welke verschijnselen zijn normaal na zo'n operatie ?

Uw knie kan verschillende maanden warm aanvoelen en gezwollen zijn. Dit kan wisselen volgens de activiteiten die u uitvoert, de zwelling kan u doen verminderen door regelmatig ijs op de knie te leggen. Wanneer u zich niet zeker voelt raadpleegt u best de huisarts voor controle.

Tips als voorbereiding op de ingreep

- Verzorg goed uw gezondheid
- Zorg ervoor dat u goed uitgerust bent
- Verzorg uw gebit
- Stop met roken om longcomplicaties te voorkomen
- Zorg voor uw gewicht
- Raadpleeg uw huisarts bij gelijk welke infectie (verkoudheid, griep,...)
- Stop 2 weken voor de operatie met het innemen van aspirine (bloedverdunners) en ontstekingswerende middelen (Brufen, Voltaren,...)
- Doe reeds dijspier versterkende oefeningen
- Neem de dag van opname een douche of bad

Noodzakelijke onderzoeken

Eens u beslist heeft om een totale knieprothese te laten plaatsen, vraagt de chirurg enkele voorbereidende onderzoeken aan:

- Een bloedonderzoek
- Een foto van de longen (RX thorax) en foto's van het kniegewricht (staande en van het ganse been full leg)
- Een hartonderzoek (ECG)

Eventueel kunnen nog bijkomende onderzoeken worden aangevraagd .Dit kan het geval zijn wanneer u nog andere aandoeningen heeft bv. suikerziekte , longproblemen,.....

Deze onderzoeken worden door uw huisarts uitgevoerd en brengt u mee de dag van uw opname in het AZ Sint-Jan.

De dag van de opname

U wordt opgenomen de dag voor de operatie.

U dient zich aan te melden bij de opnamebalie tussen 13.00 uur en 13.30 uur in de namiddag.

De opnamedienst zorgt dat alle noodzakelijke formaliteiten voor u in orde worden gebracht. Zij kennen u ook uw kamernummer toe.

Er wordt zoveel mogelijk rekening gehouden met uw kamervoorkeur, doch dit hangt af van de bedbezetting in het ziekenhuis. We vragen u wat begrip op te brengen indien we in de onmogelijkheid zijn u uw gevraagde kamer niet onmiddellijk te geven.

Wat brengt u mee op de dag van opname :

- Identiteitskaart
- Ziekenboekje en SIS-kaart
- Voorbereidende onderzoeken
- Thuismedicatie (medicatie voor 8 dagen)
- Sportieve kledij (jogging)
- Toiletgerief
- Gesloten schoenen (geen hoge hakken en liefst geen nieuwe schoenen) met velcro sluiting
- Elleboogkrukken (deze kan u bekomen bij uw mutualiteit of uitleendienst)

Opname op de afdeling

Op de afdeling wordt u ontvangen door een verpleegkundige die uw persoonlijke leefgewoonten (zoals dieet, roken en drinken) evenals uw thuismedicatie zal bevragen en noteren. De verpleegkundige noteert ook eventuele allergieën op medicatie .

Na deze formaliteiten wordt u door de verpleegkundige naar uw kamer gebracht. Hier krijgt u de nodige informatie over de kamer, het oproepsysteem en de badkamer (al dan niet gemeenschappelijk te gebruiken).

Er wordt bloed geprikt om geschikt bloed in voorraad te hebben voor een eventuele bloedtransfusie en voor een algemene controle, indien dit nog niet is gebeurd. Tevens wordt de maat genomen voor ***lange anti-trombose kousen***. (indien u nog anti-trombosekousen hebt van een vorige ingreep , breng ze dan mee en geef ze af aan de verpleegkundige op de afdeling)

Indien de andere onderzoeken nog niet zijn gebeurd, wordt u telkens op uw kamer afgehaald voor de nog uit te voeren onderzoeken.

Indien u thuis een dieet volgt wordt dit via de afdeling aan de diëtiste gemeld.

Wanneer u naar een hersteloord of een afdeling revalidatie wenst te gaan voor verdere revalidatie kan dit via de sociaal verpleegkundige (MMW) reeds worden aangevraagd.

In de loop van de namiddag wordt het te opereren been onthaard en gewassen met een ontsmettende zeep en gemarkeerd met een viltstift. (#)

's Avonds krijgt u nog een maaltijd aangeboden en krijgt u het bezoek van de dokter die u zal verdoven (het is aangeraden om na 16 uur op uw kamer aanwezig te zijn).

In de vooravond wordt door de verpleegkundige nog een laxatief toegediend in de vorm van een klein lavement en wordt er reeds gestart met een bloedverdunnend spuitje.

VANAF MIDDERNACHT MAG U NIET MEER ETEN OF DRINKEN.

De dag van de ingreep

De dag van de operatie wordt u gewekt door een verpleegkundige die u vraagt zich te wassen.

Dames gelieve u niet te maquilleren en geen nagellak aan te brengen!

Wanneer u naar de operatiezaal mag, wordt u verwittigd en moet u volgende zaken nog in orde brengen :

- Juwelen af (ringen, oorbellen, halskettingen, piercings)
- Uurwerk af
- Vals gebit uithalen (een gebitsdoosje kan u vragen aan de verpleegkundige)
- Bril of contactlenzen verwijderen
- Hoorapparaten uithalen (indien u deze heeft)
- Uw kledij uit en een operatiehemdje aandoen, uw onderbroek mag u aanhouden!

Er wordt een rustgevend medicament gegeven en een brancardier voert u in bed naar het operatiekwartier.

In het operatiekwartier ontmoet u de arts die u zal verdoven. U wordt op een operatietafel geïnstalleerd, er wordt een infuus geplaatst en uw knie wordt ontsmet. In de operatiezaal wordt u door de anesthesist verdoofd. Dit met een epidurale verdoving (enkel de onderste ledematen).

Tijdens de operatie wordt uw zieke knie vervangen door een totale knieprothese. Er wordt ook een drain geplaatst door de chirurg. Na de operatie wordt uw knie in een dik verband gezwachteld en wordt uw been op een driehoekskussen gelegd om reeds 90° te plooiën. Dit wordt na een 4 à 6 tal uur weggenomen.

Vanuit de operatiezaal wordt u naar de ontwaakkamer gebracht waar u nauwlettend door de dienst anesthesie wordt gevolgd.

De anesthesist voorziet u van de nodige pijnstilling door eventueel een pijnpomp te plaatsen. Dit kan intraveneus (in de ader) of epiduraal (in de rug) zijn. Het is tevens de anesthesist die bepaalt wanneer u terug mag naar de kamer. U mag pas beginnen drinken (geen voedsel) wanneer de verpleegkundige op de afdeling u daarvoor de toestemming geeft.

De eerste dag na de ingreep

De verpleegkundigen zullen u de dag na de operatie helpen met uw dagelijkse verzorging tot u deze taken opnieuw zelfstandig kunt uitvoeren. Ook wordt uw wonde verzorgd en de drainage verwijderd. U krijgt tevens uw bloedverdunnend spuitje toegediend.

Dagelijks zal een arts u bezoeken om uw toestand te evalueren. Tijdens de zaalronde kan u vragen stellen aan de arts in verband met uw toestand.

Vanaf de eerste dag wordt uw knie zeer geleidelijk gebogen en gestrekt op een elektrisch toestel dat automatisch werkt (Kinétec).



Deze passieve bewegingen gebeuren zeer langzaam zodat deze mobilisatie weinig pijn veroorzaakt.

De kinesitherapeut start met oefeningen die uw dijspieren versterken (u zal uw dijspieren nodig hebben tijdens de gangrevalidatie om terug te leren stappen) en hij start ook met een soort oefeningen die uw bloedsomloop zullen verbeteren. Na iedere oefentherapie wordt ijs op uw knie aangebracht om zwelling tegen te gaan. Dit wordt tussendoor regelmatig herhaald.

In de namiddag gaat men reeds uit het bed!

Het is tevens van belang dat u geen kussen onder uw knie legt en dat u regelmatig uw voeten beweegt.

De pijnpomp wordt 's avonds verwijderd, maar andere pijnstilling zal worden toegediend.

De tweede dag na de ingreep

U krijgt hulp voor uw hygiënische zorgen door een verpleegkundige en ook uw wonde wordt verzorgd.

De kinesitherapeut helpt u verder met de oefeningen die u reeds op de eerste dag na de operatie heeft gekregen.

Ook wordt er gestart met de gangrevalidatie met uw krukken, u plaatst uw voet volledig op de grond.

Tijdens het rusten in bed is uw knie gestrekt doch dit belet niet om toch wat spierversterkende oefeningen te doen in bed u aangeleerd door de kinesitherapeut.



De volgende dagen

- Hygiënische zorgen
- Wondzorg
- Dagelijks krijgt u oefeningen die het buigen van uw knie verbeteren. Het is de bedoeling dat u uw knie méér dan 90° kan buigen (zonder hulpmiddelen) wanneer u onze dienst verlaat
- Na een week kan de arts eventueel beslissen om de knie wat te buigen onder verdoving (mobilisatie onder narcose) indien de knie onvoldoende mobiel is
- Vanaf de derde dag krijgt u oefentherapie in het kiné zaaltje op de afdeling: men start met het fietsen op de kleine fiets. Het is de bedoeling dat u volledig rond kan draaien op een gewone fiets op het einde van uw verblijf



Het ontslag

Zodra u zelfstandig trappen op en af kunt gaan en uw knie meer dan 90° plooit, kan een ontslagdatum overwogen worden (meestal na 8 à 10 dagen).

De wondheling moet volledig zijn bij uw ontslag. Indien dit nodig blijkt te zijn, heeft de sociaal verpleegkundige voor thuishulp of een verblijf in een hersteloord geregeld.

De nodige richtlijnen worden u meegegeven op het ogenblik van het ontslag.

In principe mag u thuis alles doen. Streef naar beweging van de knie zonder overbelasting. Wandelen, fietsen (hometrainer) en zwemmen zijn aanbevolen.

U stapt met de krukken tot aan de eerstvolgende controle door de arts. Mocht u problemen ondervinden (zwellings, pijn en roodheid van de knie of koorts) aarzel dan niet om uw huisarts of de behandelende orthopedist te raadplegen.

Wat krijgt u mee op de dag van ontslag ?

- Een brief voor de huisarts
- Een voorschrift voor medicatie (voor antitrombose spuitjes tot 6 weken na de ingreep)
- Een afspraak voor een controle door de Chirurg
- Dit gebeurt ongeveer 5 weken na ontslag, samen met een voorschrift voor een controle foto van de knie
- Een voorschrift voor kinesitherapie
- Een voorschrift voor de thuisverpleegkundige
- Een enquêteformulier om uw verblijf in het ziekenhuis te evalueren
- Uw anti-flebitiskousen (6 weken aan te houden)

Wanneer uw familie u komt halen is het handig dat ze een rolwagen meebrengen die aan de opnamedienst staat (zo hoeven ze niet nodeloos terug te komen met een geleende rolwagen van de afdeling).

Wij wensen u een spoedig herstel toe.

Nuttige telefoonnummers

Consultatie Orthopedie
Verpleegafdeling Orthopedie
Sociale dienst

t: 050 45 21 60
t: 050 45 31 10
t: 050 45 20 40

Dr. Bruno Vandekerckhove, Orthopedisch Chirurg
Dr. Johan De Rycke, Orthopedisch Chirurg

AZ Sint-Jan AV Brugge Met medewerking van:

Dr. B. Vandekerckhove
Dr. J. De Rycke
Dhr. A. Goossens
Mevr. N. Wittevrongel
Dhr. F. Deceur
Mevr. M. Standaert
Dhr. L. Vandekerckhove
Mevr. H. Caulier
Dhr. M. Lamoot
Mevr. M. Monteyne