

# Enkel artroscopie

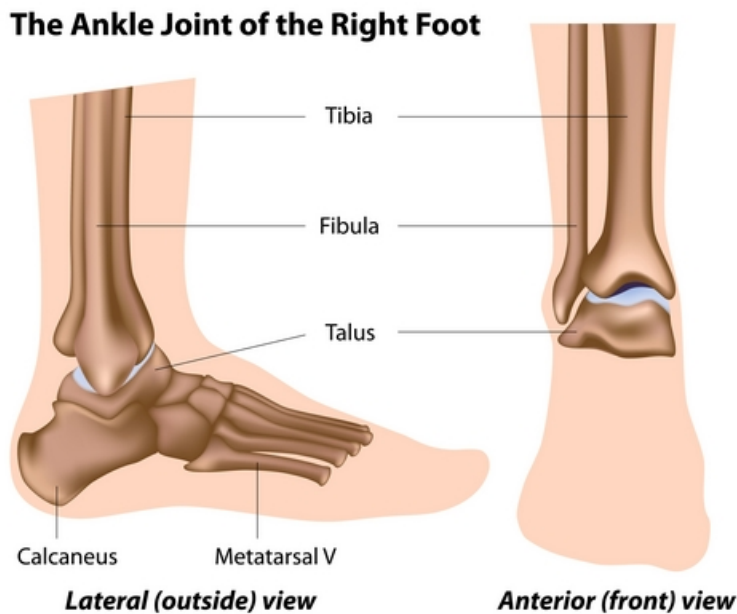


Er is afgesproken dat u binnenkort een operatie aan de enkel krijgt. Deze operatie vindt plaats in dagbehandeling. In deze folder leest u hier meer over. Hij bestaat uit twee gedeelten, namelijk: (1) algemene informatie over de operatie en (2) de gang van zaken vóór en tijdens de opname in het ziekenhuis en specifieke informatie over de nazorg voor als u weer thuis bent. Wilt u deze folder bij uw opname in het ziekenhuis meenemen?

Wij hopen dat u zich snel op uw gemak voelt bij ons.

## De enkel

De enkel bestaat uit drie botdelen, namelijk de tibia (scheenbeen), de fibula (kuitbeen) en de talus (sprongbeen). Deze botdelen (gewricht) samen noemen we het bovenste spronggewricht. De botdelen zijn bedekt met kraakbeen en worden omgeven door gewrichtskapsel. De enkelbanden zorgen voor de stabiliteit van de enkel.



## Diagnose

Er zijn verschillende redenen om een kijkoperatie (enkelscopie) van de enkel te doen. Soms zit er een los stukje bot in de enkel (corpus librum) dat rondzweeft. Dit losse stukje kan tijdens de operatie worden weggehaald. Ook kan er sprake zijn van inklemming of blokkade (impingement). Dit kan komen door bot of door zacht weefsel. Tijdens de operatie verwijdert de orthopedisch chirurg het weefsel of bot dat voor de blokkade zorgt. Een andere reden voor een kijkoperatie is een OD-haard (osteocondritis dissecans). Dit is een afwijking dat net onder het kraakbeen zit.

Meestal is op de polikliniek al vastgesteld wat er aan de hand is via een gesprek, lichamelijk onderzoek en een MRI-scan. Met de kijkoperatie kan de orthopedisch chirurg deze diagnose bevestigen.

## Behandeling

In eerste instantie probeert uw orthopedisch chirurg de afwijking te behandelen zonder dat een operatie nodig is. Maar als pijnstilling, fysiotherapie of een injectie onvoldoende effect hebben, kan besloten worden om te opereren.

## Vorbereidend onderzoek (poliklinische screening)

Nadat u, in samenspraak met uw behandelend arts, heeft besloten om u aan uw enkel te laten opereren, krijgt u eerst een gesprek met de anesthesist. De anesthesist bepaalt of er

*'Wij vinden persoonlijke zorg erg belangrijk. De verpleegkundige die voor u zorgt, is voor u het eerste aanspreekpunt tijdens uw verblijf. Onze medewerkers werken in wisseldiensten. Als u langer dan een paar uur bij ons verblijft, kan het zijn dat u een nieuw gezicht ziet. Wij zorgen voor een goede overdracht. Uw nieuwe verpleegkundige komt zich aan u voorstellen, zodat u weet wie hij of zij is.'*

aanvullend onderzoek nodig is (afhankelijk van uw leeftijd en gezondheidstoestand), bijvoorbeeld:

- bloed- en urineonderzoek;
- ECG
- Eventueel verder onderzoek bij de internist, cardioloog of andere specialist.

Na deze onderzoeken kunt u een oproep voor opname verwachten.

Daarnaast bespreken we met u de wijze van verdoving en pijnbestrijding (ruggenprik, algehele verdoving en/of ploplitiablok (blokverdoving) vanuit de knieholte. U ontvangt de brochure 'Pre-operatieve screening en anesthesie' zodat u de informatie kunt nalezen. U krijgt de gelegenheid om al uw vragen te stellen. Na deze onderzoeken en gesprekken, krijgt u een oproep voor opname. We streven ernaar om u binnen 4 tot 6 weken nadat u bij de orthopeed bent geweest, te opereren.

## Vorbereiding thuis

Aangezien u na de operatie iets minder mobiel bent, raden wij u aan iemand te vragen die u tijdelijk kan helpen met de (zware) huishoudelijke taken, het doen van boodschappen en/of bij lichamelijke verzorging.

## Uw ziekenhuisopname

### Dag van de operatie

U wordt de dag van de operatie nuchter opgenomen. Zie voor meer informatie over nuchter zijn (niet meer eten en drinken vanaf een bepaalde tijd) de folder 'Pre-operatieve screening en anesthesie'. Een slokje water om de medicijnen mee in te nemen, is toegestaan.

Het is van belang dat u kleding meeneemt die u na de operatie makkelijk aan en uit krijgt. Gebruik na het douchen thuis geen bodylotion, dagcrème of make-up en verwijder eventuele nagellak.

### De operatie

Een arthroscopie betekent dat de orthopedisch chirurg in het gewricht kijkt. Met een kleine camera (arthroscoop) kijkt de chirurg via twee kleine sneetjes aan beide kanten van de enkel in uw enkel. De camera is verbonden met een beeldscherm, zodat u eventueel kunt meekijken. Via het tweede sneetje kan de arts met een tangetje of schaar in de enkel werken en, als dat nodig is, meteen een behandeling uitvoeren.

De operatie duurt ongeveer een half uur. Daarna worden de sneetjes gesloten met een hechtpleister of een hechting en afgedekt met gaasjes en een drukverband.

### Na de operatie

Na de operatie wordt u naar de uitslaapkamer gebracht. Daar controleren we uw bloeddruk, hartslag, ademhaling en de wond. Als alles goed is, gaat u terug naar de verpleegafdeling. U mag dan weer rustig wat drinken en eten. Uw bloeddruk, hartslag en temperatuur worden nog een paar keer gecontroleerd. Ook kijken we naar de wond en of en hoeveel u plast.

Op dezelfde dag komt de fysiotherapeut bij u langs. Die leert u hoe u met elleboogkrukken moet lopen, geeft u oefeningen voor de enkel en tips voor thuis.

Als u zich goed voelt, mag u naar huis. De verpleegkundige legt u dan uit welke oefeningen u thuis wel en niet mag doen.

### Medicijnen

Door de operatie kan uw enkel pijnlijk en gezwollen zijn. U krijgt na de operatie 3 tot 4 keer per dag medicijnen tegen de pijn. Neem deze in zodra u ze krijgt, zodat er een stabiel niveau in uw bloed ontstaat en de medicijnen goed gaan werken.

Zo nodig krijgt u van de verpleegkundige de medicijnen die u al voor de opname gebruikte. Neem nooit uw eigen medicijnen in zonder dit eerst te overleggen met de verpleegkundige.

### Complicaties

Bij iedere operatie kunnen complicaties optreden. Gelukkig komt dit zelden voor bij een artroscopie. Complicaties kunnen zijn:

- langdurige en forse zwelling;
- een bloeding in de enkel;
- een trombosebeen;
- een zenuwbeschadiging
- en zelden een gewrichtsontsteking.

### Ontslag

De dag van de operatie mag u weer naar huis. U krijgt een checklist mee waarop staat aangegeven waar u rekening mee moet houden en met telefoonnummers naar wie u kunt bellen als er complicaties optreden.

De wondcontrole vindt twee weken na de ingreep plaats op de polikliniek. Tijdens deze controle krijgt u eventueel een verwijzing voor de fysiotherapeut. Deze controle vindt plaats bij uw behandelend orthopedisch chirurg of de Physician Assistant Orthopedie.

*Gemiddeld beoordelen patiënten de ervaring met de Orthopedie met een 9,1. Reden voor dit hoge cijfer zijn onder andere: oprechte aandacht voor mij, zaken zijn goed geregeld en de grote betrokkenheid van het personeel.*

## Richtlijnen na de operatie

- U kunt na de kijkoperatie gaan lopen als het gevoel in de billen, benen en huid weer normaal is.
- U mag in de meeste gevallen uw been normaal belasten. Als dit niet mag, zal de arts u dit vertellen.
- Gebruik de krukken steeds minder zodra de pijn en zwelling in de enkel afneemt, tenzij de arts anders voorschrijft. Meestal zijn de krukken niet langer nodig dan 5 tot 7 dagen na de ingreep.
- Bij zwelling en/of pijn legt u 3 tot 4 keer per dag 10 minuten een ijspakking op de enkel, zodat de zwelling en pijn minder worden. Gebruik hierbij altijd een schone en droge doek tussen de ijspakking en de huid. Bij zwelling kunt u uw been ook hoog leggen (Leg geen kussen onder de knie vanwege eventueel afknellen van bloedvaten).
- U mag het drukverband na 2 dagen zelf verwijderen.
- Hechtingen worden tijdens de eerste controle op de polikliniek verwijderd.

## Vragen?

Heeft u tot slot nog vragen, stel deze dan gerust. Wij beantwoorden deze graag. Mocht u bij thuiskomst nog vragen hebben, dan kunt u altijd naar onze afdeling bellen.

We willen onze zorg steeds verder verbeteren. U kunt ons hierbij helpen. Wilt u de vragenlijst, die u voor uw ontslag uit het ziekenhuis krijgt, invullen? Zo laat u ons weten wat uw ervaringen zijn gedurende uw verblijf in ons ziekenhuis.

## Contact

Heeft u vragen dan kunt u contact opnemen met de poli:

- Maandag t/m vrijdag van 08.30 – 16.30 uur:
- Gelre Apeldoorn: **088 - 105 3368**
- Gelre Zutphen: **088 - 105 3369**

**Wij wensen u een goed en voorspoedig herstel!**