

Schouderprothese

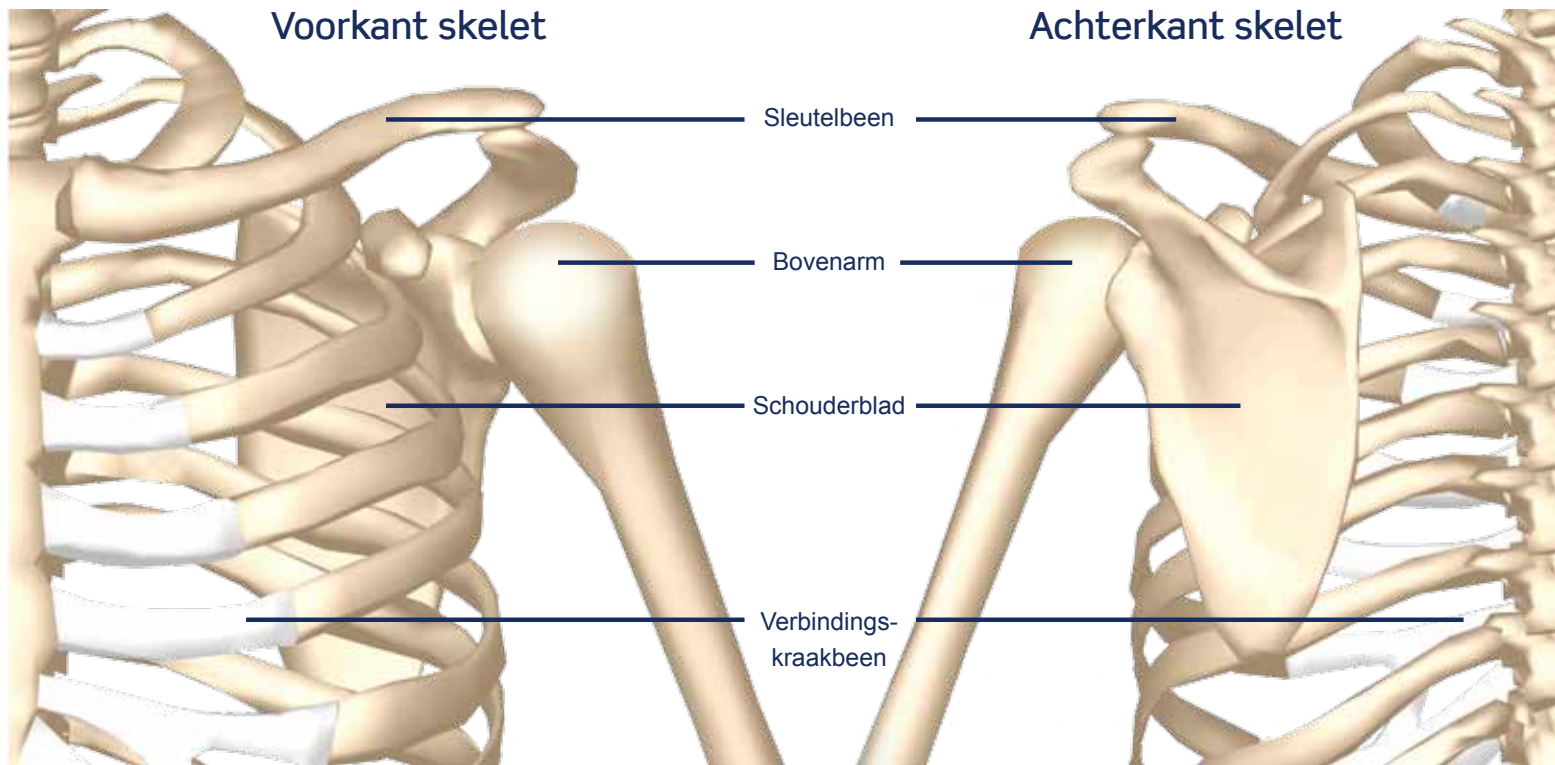
Alle informatie voor u op een rij over het krijgen van een nieuwe schouder

Alle informatie
voor u op een rij
over het krijgen van
een nieuwe schouder

Inhoudsopgave

| | |
|-------------------------------|---------|
| Schouderprothese | pag. 4 |
| Vorbereiding voor de operatie | pag. 7 |
| De operatie en opname | pag. 8 |
| Herstel en terug naar huis | pag. 10 |
| Veelgestelde vragen | pag. 11 |
| Belangrijke telefoonnummers | pag. 12 |
| Checklist | pag. 12 |

Schoudergewricht



Gewricht

Het schoudergewricht bestaat uit 3 botten:

- De bovenarm (de kop van de schouder).
- Het schouderblad (de kom van de schouder).
- Het sleutelbeen (dit vormt een gewricht met het schouderblad, maar heeft geen directe relatie met de schouder kop of kom).

De kop van de schouder is een relatief grote bol ten opzichte van de kom. Daarom heeft de schouder een zeer sterke spier-pees manchet (de zogenaamde rotator-cuff) om te zorgen dat de schouder stabiel blijft. De kop en de kom worden bedekt met een laag kraakbeen. De schouderkom heeft een soort extra stootkussen rondom de rand van de kom, het labrum.

Deze 'schouder-meniscus' bestaat uit een soort rubberachtig kraakbeen en zorgt voor extra stabiliteit van het gewricht.

Kapsel

Om het schoudergewricht ligt een kapsel, een sterke laag die ook wat stabiliteit geeft aan het gewricht. Daaromheen ligt de sterke spier- en peesmanchet. Deze zorgt ervoor dat de schouder een zeer ruime beweeglijkheid heeft, zonder dat deze uit de kom schiet. Tussen de spiermanchet en het schouderblad bevindt zich een belangrijke slijmbeurs. Deze kan, indien er een ontsteking ontstaat, oorzaak zijn van veel pijnklachten.

De schouder

Daarnaast bevindt zich een aantal ligamenten (sterke banden) tussen de bovenarm en de schouderkom. Ook deze zorgen voor stabiliteit van het schoudergewricht. In de buurt van het schoudergewricht lopen voor de arm belangrijke bloedvaten en zenuwen.

Klachten

Welke klachten leiden tot het verkrijgen van een nieuwe schouder?

Pijn bij artrose is de meest voorkomende klacht die leidt tot een schouderprothese.

Pijnklachten door artrose aan de schouder leiden bijvoorbeeld tot:

- De beweeglijkheid is ernstig beperkt.
- De nachtrust wordt verstoord door pijn.
- De belastbaarheid van de schouder is afgenomen.
- De kracht van de schouder is afgenomen.

De diagnose

We stellen de ernst van de aandoening vast via lichamelijk onderzoek en röntgenfoto's. Uw eigen oordeel bij de beslissing van het plaatsen van een schouderprothese is van het grootste belang. U ondergaat immers de beperkingen en de pijn. U beslist uiteindelijk of u toe bent aan de operatie. Wij adviseren u hierin.

Waarom krijg ik een schouderprothese?

Een schouderprothese wordt in Nederland steeds meer geplaatst, vaak doordat de schouder is versleten door artrose. Het krijgen van een totale schouderprothese betekent dat het schoudergewricht wordt vervangen door kunstmateriaal.

De klachten bij schouderartrose ontstaan meestal geleidelijk, maar kunnen ook een plotseling en snel beloop hebben bijvoorbeeld na een val of een blessure.

Schouderprothese

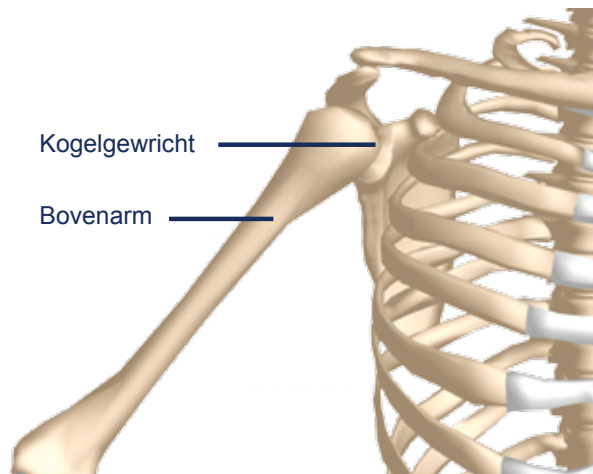
Het krijgen van een schouderprothese betekent dat (een deel van) het schoudergewricht wordt vervangen door kunstmateriaal.

Er zijn drie soorten schouderprotheses:

- De totale schouderprothese. Deze wordt het meest geplaatst.
- De halve ("hemi") schouderprothese. Alleen de schouderkop wordt geplaatst, geen schouderkom.
- De omgekeerde schouderprothese. Bij afgescheurde pezen rond de schouder wordt soms gekozen voor een omgekeerde prothese: de kom wordt kop en de kop wordt kom. Dit verandert het krachtenspel van de schouder zodanig dat de beweeglijkheid beter wordt behouden.

Welke schouderprothese voor u het meest geschikt is, ligt aan verschillende factoren, zoals de kwaliteit van de schouderkom en de kwaliteit van de spier/peesmanchet om de schouder.

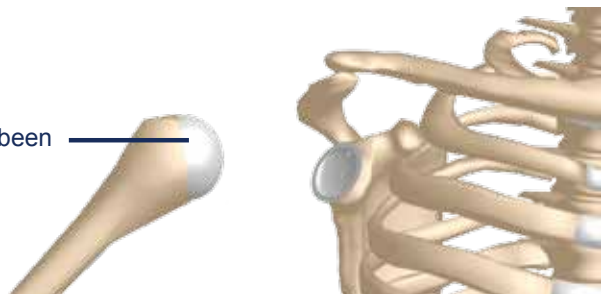
Een nieuwe schouder



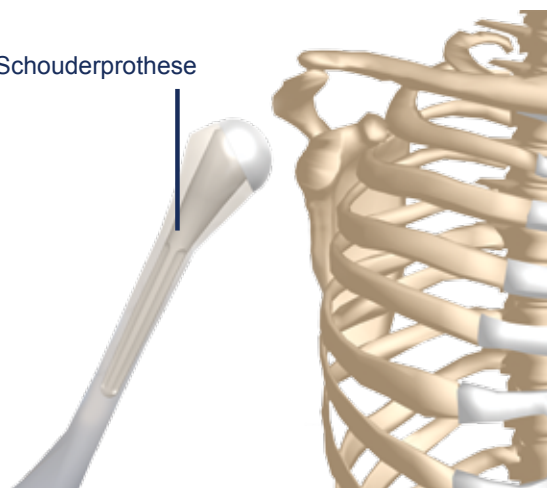
Als uw schoudergewricht wordt vervangen door een prothese, betekent dit dat u een kunstschouder krijgt. Pijnstillers en fysiotherapie kunnen u helpen, maar als de slijtage zich verder ontwikkelt, nemen de klachten toe. Wanneer de pijn onacceptabel wordt, kan een schouderprothese de oplossing zijn.

Het schoudergewricht bestaat uit een kop en een kom. Het kogelgewricht zit aan de bovenzijde van de bovenarm.

Kraakbeen



Schouderprothese



De kop en de kom zijn normaal bedekt met kraakbeen. Er wordt gesproken van artrose als het kraakbeen is aangetast en het bewegen pijn doet.

Een schouderprothese is een prothese die de gewrichtsooppervlakken van de schouder geheel of gedeeltelijk vervangt, als deze zijn beschadigd of versleten.

Verwachtingen

De inzet is dat uw pijnlijke schouder, die u waarschijnlijk slecht kunt bewegen, na de operatie vrijwel geen pijn meer doet. De beweeglijkheid zal afgenomen zijn ten opzichte van vroeger, maar uw dagelijkse activiteiten kunt u meestal goed uitvoeren. De revalidatie na het krijgen van een schouderprothese duurt lang, alles bij elkaar tot een jaar.

Realiseert u zich goed dat bij deze ingreep een kans bestaat op een complicatie. Het besluit tot het plaatsen van een totale schouderprothese moet goed overdacht zijn! Toch zijn de meeste patiënten erg tevreden met hun nieuwe schouder.

Vorbereiding voor de operatie

Voordat u de schouderprothese krijgt, vindt een aantal voorbereidingen plaats:

- U bezoekt de doktersassistente en anesthesioloog. Deze bepalen of u de operatie kunt ondergaan en geven u uitleg over de verschillende vormen van verdoving en pijnbestrijding, zowel tijdens als na de ingreep. Meer informatie over anesthesie leest u in de folder Anesthesie en verdoving.
- De operatiedag wordt ingepland. De totale opnameduur is twee a drie dagen. U komt op de operatiedag naar de afdeling Orthopedie in het Vlietland Ziekenhuis. De dag(en) na de operatie zijn bedoeld om bij te komen van de operatie en te oefenen met de fysiotherapeut zodat u langzaam aan wordt voorbereid op uw thuiskomst.
- U herstelt thuis van de operatie en mag uw arm de eerste weken niet gebruiken. Hulp in huis van vrienden en/of familie is nodig voor de eerste periode.
- Denkt u dat u het thuis toch niet (zonder hulp) gaat redden, bespreek dit dan met de doktersassistente van Orthopedium. Zij geeft uw hulpvraag door aan de transferverpleegkundige in het Vlietland Ziekenhuis of aan de thuiszorg instelling van uw woonplaats.

Een schouderprothese krijgen is geen kleinigheid. Het is een grote operatie waarna u een lange herstelperiode heeft. Het is belangrijk dat u zich dat van tevoren goed realiseert. Hoe beter uw conditie is voorafgaand aan de ingreep, des te beter verloopt deze herstelperiode.

Anesthesie

- De operatie vindt plaats onder narcose, dat is algehele verdoving of een ruggenprik.
- Voor de operatie dient u nuchter te zijn, dat betekent dat u vanaf de avond voor de operatie, na 24:00 uur niets meer mag eten.
- U mag tot 6 uur voor de geplande operatietijd nog wel water en thee (zonder suiker en/of melk) drinken.
- Medicijnen die u gebruikt, kunt u innemen met een klein slokje water, uiterlijk tot 1 uur voor de operatie. De anesthesioloog zegt welke medicijnen u voor de operatie moet stoppen.

Waarom moet ik nuchter zijn voor de operatie?

De reden dat een operatiepatiënt nuchter moet zijn is uit veiligheidsoogpunt. Door de narcose zijn de hoest- en slikreflexen weggevallen. Ook de reflexen die verhinderen dat voedsel vanuit de maag in de longen kan terechtkomen. Tijdens de narcose werkt de hoestreflex immers niet normaal bij 'verslikken'. Voedsel dat in de longen overloopt kan levensbedreigende gevolgen met zich meebrengen. Dit heet aspiratie.

Tijdens de periode dat u nuchter moet blijven kunt u beter niet roken want dit vergroot de kans op misselijkheid na de operatie.

De operatie en opname

Wat neem ik mee op de dag van de operatie en waar moet ik aan denken?

- U meldt zich nuchter (zie voorschriften Voorbereiding voor de operatie) op de afgesproken tijd in het Vlietland Ziekenhuis op de afdeling Orthopedie 3e verdieping, routenummer 3.12.
- Op de dag van de operatie draagt u gemakkelijk zittende kleding en schoeisel.
- U neemt gemakkelijk zittende kleding, schoeisel en nachtkleding mee voor 3 dagen.
- U laat uw kostbare sieraden en geld thuis.
- U neemt uw identiteitsbewijs mee.
- U neemt uw dagelijkse medicijnen mee.

(Zie ook de checklist op bladzijde 12)

Behandeling van een schouderprothese

De operatie verloopt als volgt:

- De operatie verloopt onder algehele narcose, en duurt 60 tot 90 minuten.
 - Uw orthopeed maakt aan de voor-zijkant van de schouder een wond.
 - Tussen verschillende spieren door wordt de schouder bereikt. Soms moet een pees worden losgemaakt om de schouder goed te bereiken.
 - Dan wordt de schouderkop verwijderd. Vervolgens wordt, als deze wordt vervangen, de kom voorbereid voor de schouderprothese.
 - Nadat de kom in de juiste vorm is gefreesd wordt de schouderprothese geplaatst.
 - Vervolgens wordt het bot van de bovenarm voorbereid op plaatsing van een steel en de kop.
 - Na het inpassen van een proefprothese, plaatst de orthopeed de definitieve schouderprothese.
 - De wond wordt meestal gedicht met speciale nietjes.
 - Deze worden na ongeveer 14 dagen verwijderd.
 - Na de ingreep van de schouderprothese komt u rustig bij van de verdoving in de uitslaapkamer.
 - De wond wordt met een verband ingepakt.
 - Terug op de afdeling controleert de verpleegkundige u verder.
 - U krijgt een schoudersling om de beweging van uw arm te beperken. Dit is belangrijk om te voorkomen dat de zorgvuldig herstelde structuren los scheuren.
 - U doet in de periode na ontslag frequent (passief) oefeningen met uw eigen fysiotherapeut om stijfheid van de schouder zoveel mogelijk te voorkomen; vanuit het ziekenhuis krijgt u daarvoor instructies mee.
 - U krijgt van de doktersassistente een recept voor douchebeschermpleisters om de wond te beschermen. Deze moet u gebruiken totdat de hechtingen zijn verwijderd.
 - U krijgt een vervolgafspraak, 2 weken na de operatie waarbij de hechtingen worden verwijderd in polikliniek Orthopedium te Delft.
 - U krijgt een vervolgafspraak, 6 – 8 weken voor controle na de operatie bij de orthopeed.
- Wij maken gebruik van de modernste technieken waardoor er zo min mogelijk weefselschade is en het herstel na een schouderprothese spoedig verloopt.

Pijnstillers

U krijgt een recept voor pijnstillers mee voor de eerste periode na de operatie. In het Vlietland Ziekenhuis bevindt zich een apotheek die 24 uur per dag open is, u kunt daar uw medicijnen met het verkregen recept ophalen. Stel uw eigen apotheek op de hoogte van deze medicatie.

Medicatie die u meestal krijgt na de operatie:

| | | |
|---------------|---------|----------------|
| Tramadol | 50 mg | pijnstillers |
| Panadol | 1000 mg | pijnstillers |
| Diclofenac | 50 mg | pijnstillers |
| Omeprazol | 20 mg | maagbeschermer |
| Ferrofumeraat | | staalpillen |

De pijnstillers kunt u afbouwen op eigen initiatief. Eerst stoppen met de tramadol, dan de diclofenac afbouwen en als laatste stoppen met de panadol.

De omeprazol krijgt u als maagbeschermer bij de diclofenac. Als u deze dus gestopt bent hoeft u ook geen omeprazol meer te slikken. De staalpillen krijgt u zo nodig tijdelijk om het verloren gegane bloed te helpen aanvullen.

Pleister vervangen en douchen

U vervangt de pleister als deze vies is, of 2 dagen na ontslag, dan kunt u direct de pleister vervangen voor de douchebeschermpleister.

De douchebeschermpleister vervangt u als deze vies is, of na 3 – 4 dagen. Met de douchebeschermpleister kunt u gewoon douchen, zonder dat de wond nat wordt.

Als er hechtpleisters over de wond geplakt zitten, kunt u deze na 10 dagen voorzichtig verwijderen.

Pas als de hechtingen op de polikliniek Orthopedium in Delft verwijderd zijn kunt u, de volgende dag, als de wond droog is zonder bescherming douchen.

Vlietland Ziekenhuis

De operatie wordt uitgevoerd in het Vlietland Ziekenhuis:

Vlietland Ziekenhuis
Vlietlandplein 2
3118 JH Schiedam

Bezoekuur in het Vlietland Ziekenhuis

Het bezoekuur in het Vlietland Ziekenhuis op de afdeling Orthopedie is van 15.30 tot 19.30 uur.

Van 15.30 tot 16.00 uur is het mogelijk om verpleegkundigen van de dagdienst te spreken.

In het weekend en op erkende feestdagen is er een extra bezoektijd van 13.30 tot 14.15 uur

Herstel en terug naar huis

De herstelperiode na een schouderprothese beslaat ongeveer zes maanden en verloopt in grote lijnen als volgt:

- De eerste dag(en) na de operatie van uw schouderprothese bent u nog opgenomen in het ziekenhuis.
- Na een dag wordt het grote verband van de schouder verwijderd en wordt de wond beoordeeld.
- U bent niet ziek, overdag draagt u gemakkelijk zittende kleding en schoeisel.
- U krijgt pijnstillers en de fysiotherapeut oefent met u en geeft u instructies voor het oefenen thuis. Fysiotherapie is nodig om de spierkracht en coördinatie weer optimaal te krijgen. Pijn en zwelling geven aan dat de grens van het belasten bereikt is.
- Gedurende 6 weken na de operatie van de schouderprothese draagt u continu de sling om beweging van uw schouder tot een minimum te beperken. U doet in deze periode echter wel frequent (passief) oefeningen met uw eigen fysiotherapeut om stijfheid van de schouder zoveel mogelijk te voorkomen; vanuit het ziekenhuis krijgt u daarvoor instructies mee.
- Het is verstandig om de eerste periode na de operatie hulp uit uw omgeving te vragen bij zware huishoudelijke klussen en zaken waarbij u 2 armen nodig heeft.
- Tenminste 6 weken na de operatie van de schouderprothese kunt u de arm weer iets gaan belasten, maar de functie is pas na ongeveer een half jaar volledig hersteld.
- U mag autorijden als uw schouder weer betrouwbaar voelt en dus krachtig en stabiel genoeg is. De termijn waarop werk kan worden hervat, hangt af van het soort werk dat u doet.
- Het belangrijkste doel van deze ingreep is pijnvermindering van de schouder. Uw schouder beweegt met een schouderprothese niet meer zo ver als voor de operatie. De functie van de schouder blijft echter meestal wel zo goed dat u uw dagelijkse activiteiten goed kunt uitvoeren.
- Bij uw thuiszorgwinkel zijn diverse hulpmiddelen verkrijgbaar om beweging zo veel mogelijk te vermijden.

Complicaties

Bij iedere ingreep kunnen complicaties ontstaan. Over complicaties die te maken kunnen hebben met de anesthesie, leest u meer in de folder Anesthesie en verdoving.

Overleg bij onderstaande complicaties met uw specialist voor eventuele behandeling:

- Nabloeding in de schouder.
- De wond blijft soms lang gevoelig na het krijgen van een schouderprothese.
- Instabiliteit van de schouder na het krijgen van een schouderprothese.
- Infectie van de schouder.
- De schouderprothese “laat los”.
- Schade door de operatie aan structuren rond de schouder, zoals zenuwen of bloedvaten; dit is zeer zeldzaam.

Soms is het resultaat van de schouderprothese niet wat u ervan had gehoopt. Het is belangrijk dat u hierover spreekt met uw behandelend orthopeed.

Let op: Bij personen met een kunstschouder kan een infectie elders in het lichaam een risico betekenen voor de prothese. Neem bij een actieve infectie in uw lichaam altijd contact op met uw huisarts en vermeld dat u een prothese heeft.

Veelgestelde vragen

Wanneer neem ik contact op met mijn orthopeed?

- Als u veel meer pijn krijgt
- Als u een ontsteking krijgt rondom de wond
- Bij hoge koorts veroorzaakt door een ontsteking rondom de wond
- Als de huid rondom de wond rood wordt en veel pijn geeft
- Als de pijnstillers niet of nauwelijks werken

Wanneer vervang ik de pleister en mag ik weer onder de douche?

U vervangt de pleister als deze vies is, of 2 dagen na ontslag, dan kunt u direct de pleister vervangen voor de douchebeschermpleister.

De douchebeschermpleister vervangt u als deze vies is, of na 3 – 4 dagen. Met de douchebeschermpleister kunt u gewoon douchen, zonder dat de wond nat wordt. Als er hechtpleisters over de wond geplakt zitten, kunt u deze na 10 dagen voorzichtig verwijderen.

Pas als de hechtingen op de polikliniek Orthopedium in Delft verwijderd zijn kunt u, de volgende dag, als de wond droog is zonder bescherming douchen.

Hoe vaak moet ik mijn oefeningen doen na de operatie?

U kunt volstaan met drie keer per dag oefenen gedurende 10 minuten. Stelregel hierbij is niet tot het uiterste gaan.

Hoe lang duurt de operatie van een schouderprothese?

Het plaatsen van een schouderprothese duurt tussen de 60 en 90 minuten.

Hoe kan ik de wond het beste verzorgen?

U moet erop letten dat het wondgebied schoon en droog blijft. De huid rond de wond kan enige tijd rood en/of geïrriteerd zien, dit neemt af nadat de hechtingen en/of krammen verwijderd zijn.

Wordt de operatie van een schouderprothese vaak uitgevoerd?

In Nederland worden per jaar ongeveer 1500 schouderprotheses geplaatst.

Hoe lang gaat een schouderprothese mee?

We rekenen op ongeveer 10-15 jaar van een schouderprothese, maar bij zware belasting kan dit minder zijn.

Hoe oud moet ik zijn om een schouderprothese te krijgen?

Niet de leeftijd maar de invaliditeit bepaalt of een schouderprothese voor u de oplossing is. In uitzonderlijke gevallen worden bij twintigers of dertigers ook een schouderprothese geplaatst.

Hoeveel weegt zo'n schouderprothese?

Een schouderprothese weegt, afhankelijk van het type, tussen de 250-400 gram. U merkt daar overigens niets van.

Wat gebeurt er bij de controle op het vliegveld?

Als u slank bent of meerdere protheses heeft, kan het zijn dat het poortje gaat piepen.

Checklist benodigdheden voor opname ziekenhuis

- Uw medicijnen in originele verpakking
- Uw identiteitsbewijs
- Verzekeringpapieren
- Uw patiëntensticker van Vlietland Ziekenhuis
- Laat kostbare sieraden bij voorkeur thuis
- Gemakkelijk zittende kleding en schoeisel voor 2 a 3 dagen
- Nachtkleding
- Ondergoed
- Toiletartikelen

U kunt zich thuis voorbereiden op de operatie door de geleverde informatie goed door te nemen. Voor eventuele vragen kunt u telefonisch of via email contact opnemen met Kliniek Orthopedium.

Op de polikliniek bespreekt uw behandelend orthooped het verwachte resultaat van de ingreep met u.

Belangrijke telefoonnummers

Kliniek Orthopedium
088-0088444

**Telefoonnummer in geval van
nood buiten kantooruren**
06-13443666 of 010-8939393

Emailadres
info@orthopedium.nl

Openingstijden
werkdagen van 08.00 – 17.00 uur

Contactgegevens
Olof Palmestraat 20
2616 LS Delft