



Knieprothese

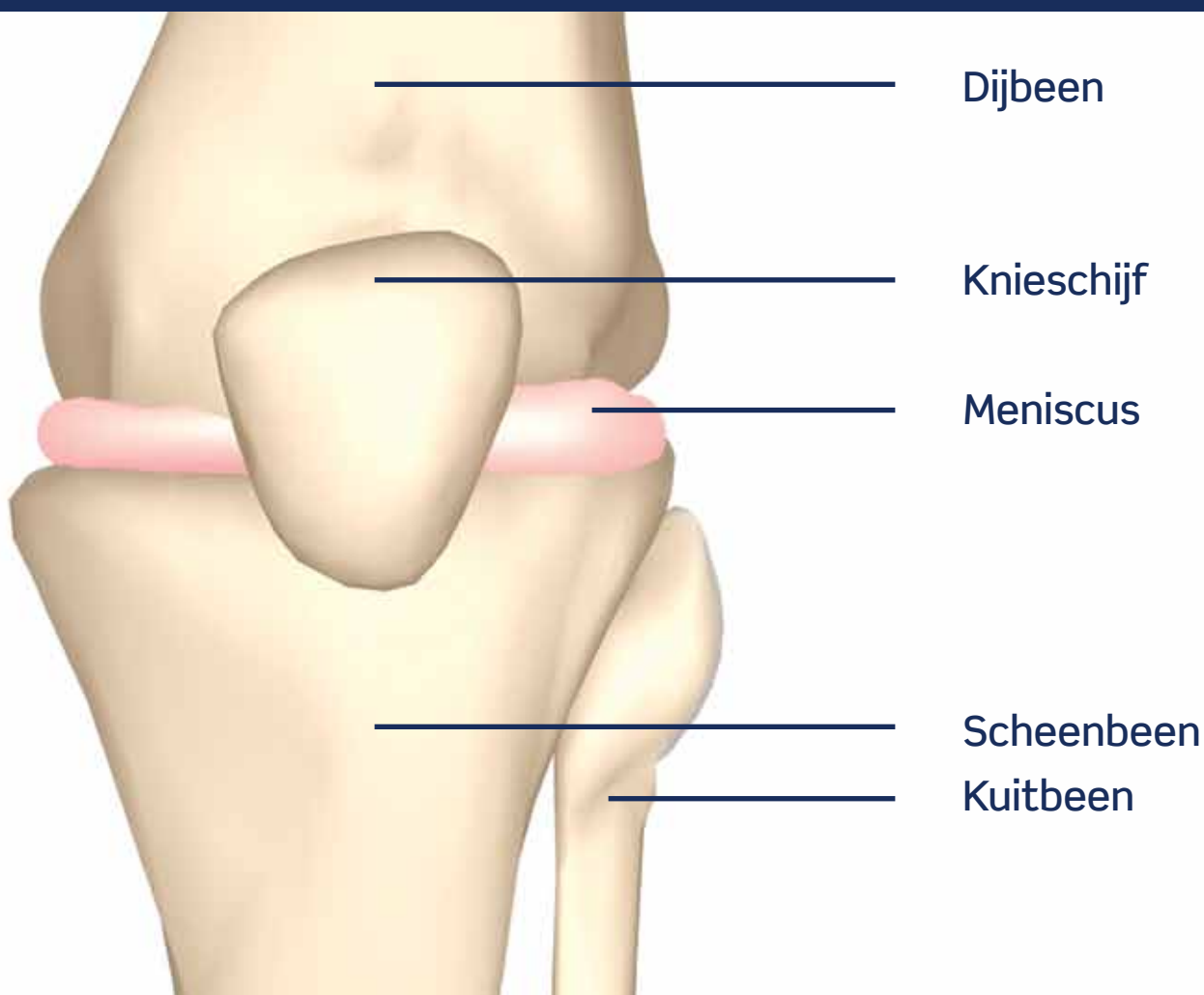
Alle informatie voor u op een rij over het krijgen van een nieuwe knie

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

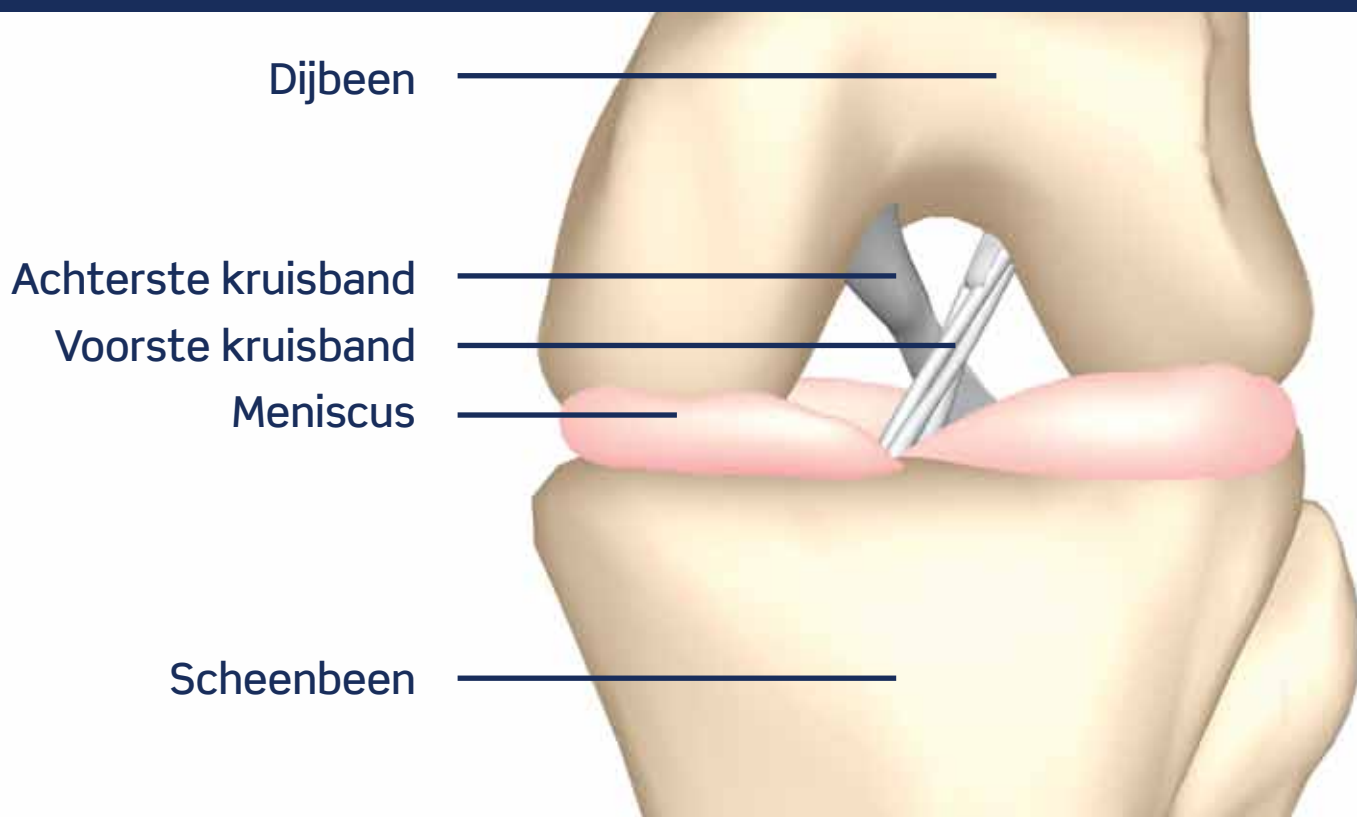
Inhoudsopgave

De knieprothese	pag. 5
Vorbereiding voor de operatie	pag. 8
De operatie en opname	pag. 10
Herstel en terug naar huis	pag. 12
Veelgestelde vragen	pag. 14
Belangrijke telefoonnummers	pag. 16
Checklist	pag. 16

Kniegewricht



Kniegewricht gebogen



De knie

Gewricht

Het kniegewricht bestaat uit drie botten: het bovenbeen, onderbeen en de knieschijf. Aan de gewrichtszijde is dit bot bedekt met een laag kraakbeen. Het kuitbeen maakt geen direct deel uit van het kniegewricht, maar ligt er dicht in de buurt.

Knieschijf

De knieschijf zit in de pees van de grote bovenbeenspier, de quadriceps. Deze pees hecht vast aan het onderbeen en zorgt ervoor dat de knie kan strekken. Aan de achter/binnenzijde van de knie bevinden zich de hamstrings. Deze spiergroep kan de knie laten buigen.

In het kniegewricht zitten dan nog de twee menisci, de stootkussens tussen boven- en onderbeen. Ze zijn halve maanvormig en bevinden zich aan de binnen- en buitenzijde van de knie.

Kniebanden

In het centrum van de knie bevinden zich de voorste en achterste kruisband, deze voorkomen de voorachterwaartse beweging van het onderbeen ten opzichte van het bovenbeen en geven de knie op deze wijze stabiliteit bij bijvoorbeeld traplopen.

Aan weerszijden van de knie bevinden zich de binnen- en buitenband van de knie, de zogenaamde collateraal banden. Deze voorkomen dat de knie in een X of O stand kan klappen en verzorgen op deze wijze stabiliteit. Het kniegewricht is bekleed met synovium, een weefsel dat zorgt voor de productie van gewrichtsvloeistof. Dit is een smeermiddel dat de knie soepel laat bewegen.

Klachten

Welke klachten leiden tot het krijgen van een nieuwe knie?

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

Pijnklachten door artrose aan de knie leiden onder andere tot:

- Ernstig beperkte loopafstand.
- Verstoorde nachtrust.
- Moeizaam Traplopen.
- Gezwollen knie.
- Onbetrouwbaar aanvoelen van de knie.
- Het aannemen van een "O" of "X" stand van het been.
- Afname van de buiging of strekking.

Het krijgen van een knieprothese betekent dat het kniegewricht wordt vervangen door kunstmateriaal.

De knie

De diagnose

We stellen de ernst van de aandoening vast via lichamelijk onderzoek en röntgenfoto's, zo nodig maken we gebruik van een kijkoperatie. Uw eigen oordeel bij de beslissing van het plaatsen van een knieprothese 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.

Verwachtingen

De verwachtingen van een totale knieprothese zijn hooggespannen. De wens is een pijnloze knie na het verkrijgen van een knieprothese, die beter beweegt dan voor de operatie, met een mooi recht been. Dit lukt niet altijd, maar meestal wordt de situatie veel beter dan voor de operatie.

Realiseert u zich echter goed dat bij deze ingreep van een knieprothese een kans bestaat op een complicatie. Daarnaast is het herstel traject lang! Het besluit tot het plaatsen van een totale knieprothese moet goed overdacht zijn!

Toch zijn de meeste patiënten erg tevreden met hun 'nieuwe knie'.

Bij een beschadigde of versleten knie is lopen en lang staan vaak erg pijnlijk. Uw orthopedisch chirurg kan dan een kunstknie adviseren. Een kunstknie noemen we ook wel een 'knieprothese'.

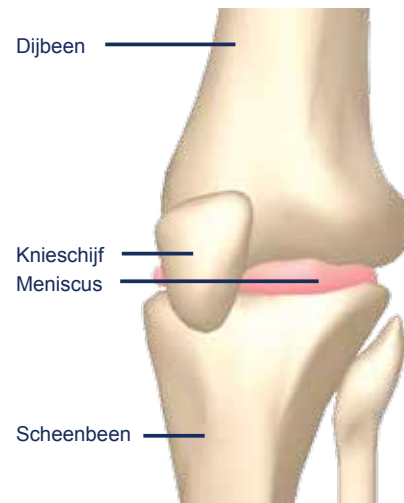
De ernst van de slijtage wordt vastgesteld door de mate van uw klachten, lichamelijk onderzoek en röntgenfoto's. Ook kan de arts een kijkoperatie uitvoeren in de knie. Als het kniegewricht ernstig beschadigd is, kan een knieprothese geadviseerd worden.

Het kniegewricht is de schakel tussen het bovenbeen en het onderbeen. Het kniegewricht is een scharniergewricht, dat buigen en strekken van de knie mogelijk maakt.

Naarmate het lichaam ouder wordt, is er een grotere kans op slijtage van de kniegewrichten. Behalve slijtage door veroudering, zijn er verschillende aandoeningen die slijtage van het kniegewricht kunnen veroorzaken, zoals kraakbeenziekte, stofwisselingsziekte en kraakbeen beschadiging door een botbreuk.

De chirurg verwijdert de aangetaste gewrichtsvlakken. Met speciale instrumenten wordt het bot aangepast aan de vorm van de prothese, zodat een goede verankering mogelijk is en de knie zo goed mogelijk kan bewegen.

De versleten uiteinden van het boven- en onderbeen worden vervangen door metalen prothesedelen. Een kunststof schijf tussen de metalen delen van de prothese (meniscusblok) zorgt ervoor dat de knie soepel kan scharnieren.



Vorbereiding voor de operatie

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

- U bezoekt de anesthesioloog en de dokters-assistente. Deze bepalen of u de operatie van een knieprothese kunt ondergaan.
- De anesthesioloog geeft u uitleg over de verschillende vormen van verdoving en pijnbestrijding, zowel tijdens als na de ingreep van een knieprothese. Meer informatie over anesthesie vindt u in de folder Anesthesie en verdoving.
- De operatiedag wordt ingepland. De totale opnameduur is twee tot drie dagen. U komt op de operatiedag naar de het Vlietland Ziekenhuis. De dagen na de operatie zijn bedoeld om bij te komen van de operatie en te oefenen met de fysiotherapeut zodat u langzaam aan weer op de been komt met uw knieprothese.
- U haalt van tevoren krukken in huis, die u op de dag van de operatie meeneemt naar het Vlietland Ziekenhuis. Dit kunt u onder andere regelen via de thuiszorgwinkel. Voor meer informatie: <http://www.thuiszorgwinkel.nl/>.
- Meestal lukt het twee weken na de operatie om met één kruk in huis te lopen.
- 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 knieprothese krijgen is geen kleinigheid. Het is een grote operatie met een lange herstelperiode. Het is belangrijk dat u zich dat vooraf goed realiseert.

Hoe beter uw conditie en hoe beter de spieren van de benen getraind zijn voorafgaand aan de ingreep, des te beter verloopt deze herstelperiode na het verkrijgen van een knieprothese.

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.

Ook als u een ruggenprik krijgt moet u nuchter verschijnen voor de operatie. Tijdens de operatie kan men toch besluiten om u uiteindelijk een volledige narcose te geven.

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

Hulpmiddelen in huis voor na de operatie

Onderstaande hulpmiddelen zijn handig voor de eerste periode na de operatie. Deze hulpmiddelen zijn o.a. te verkrijgen bij uw thuiszorgwinkel: www.thuiszorgwinkel.nl.

- Anti-slipmat in de douche
- Steun naast het toilet
- Rollator

Voor de eerste periode na de operatie is het ook handig om tijdens het douchen een plastic tuinstoel te gebruiken waarop u kunt zitten

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 (geen slippers) en nachtkleding mee voor 2 a 3 dagen.
- U laat uw kostbare sieraden en geld thuis.
- U neemt uw identiteitsbewijs mee.
- U neemt uw dagelijkse medicijnen mee.
- U neemt uw krukken mee voor na de operatie (Zie ook de checklist op bladzijde 16)

Behandeling van een knieprothese

De operatie voor een knieprothese verloopt als volgt:

- De operatie voor het verkrijgen van een knieprothese verloopt onder algehele anesthesie, of een ruggenprik.
- De vorm van het kniegewricht wordt aangepast aan de knieprothese, om er voor te zorgen dat de prothese past en de knie stabiel is.
- Uw been wordt mooi recht gemaakt; de eventuele X- of O-stand wordt zoveel mogelijk gecorrigeerd.
- Na het inpassen van een proefprothese, plaatst de orthooped de definitieve knieprothese.
- Alvorens de knie gehecht wordt, test de orthooped nogmaals de knie op juiste plaatsing en beweging.
- Het wondgebied wordt van binnenuit met plaatselijke verdoving behandeld om de eerste pijn na de operatie te beperken.
- De knie met uw knieprothese wordt meestal met krammen gehecht.
- 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 vervolgspraak, 2 weken na de operatie waarbij de hechtingen worden verwijderd in polikliniek Orthopedium te Delft.
- U krijgt een vervolgspraak, 6 – 8 weken voor controle na de operatie bij de orthooped.

Wij maken gebruik van de modernste technieken waardoor er zo min mogelijk weefsel schade is en het herstel na een knieprothese 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.

Trombose preventie

Een trombosebeen of longembolie is een ernstige complicatie. Om de kans hierop zo klein mogelijk te maken, gebruikt u gedurende 5 weken (totdat het op is) na de operatie bloedverdunners, in de vorm van prikjes. Bij ontslag in het ziekenhuis krijgt u instructies voor het toedienen van deze prikjes, zie hiervoor de instructiekaart Fraxiparine.

Als u al bloedverdunners gebruikt, moet u dit doorgeven aan uw orthopeed. Als u voor de operatie al bloedverdunners via de trombosediensdienst gebruikte, kunt u verder worden behandeld bij de trombosediensdienst in plaats van de prikjes.

TED-kous

U draagt gedurende de eerste zes weken, na de operatie, dag en nacht een steunkous. Deze kous krijgt u in het ziekenhuis aangemeten.

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

Herstel na de operatie

De herstelperiode na het krijgen van een knieprothese beslaat enkele maanden en verloopt in grote lijnen als volgt:

- De eerste dagen na de operatie bent u nog opgenomen in het ziekenhuis. U krijgt pijnstillers en de fysiotherapeut oefent met u en geeft u instructies voor het oefenen thuis. De totale opnameduur is twee tot drie dagen.
- U bent niet ziek, overdag draagt u gemakkelijk zittende kleding en schoeisel.
- Meestal kunt u dan ook de knie negentig graden buigen en goed strekken en bent u voldoende zelfstandig voor ontslag.
- De eerste periode (2 weken na de operatie tot de eerste nacontrole) loopt u met twee krukken. Op de afspraak van de nacontrole (2 weken na de operatie) wordt met u besproken of het gebruik van de krukken afgebouwd kan worden en wanneer. Meestal loopt u na 2 weken in huis met één kruk, die u gebruikt aan de niet geopereerde kant.
- U mag de eerste weken na de operatie van uw knieprothese niet zelf autorijden of fietsen.
- U draagt gedurende zes weken dag en nacht een steunkous. Gedurende het hersteltraject gaat u beweging verder opbouwen.
- Pas na enkele maanden is de knie weer helemaal tot rust gekomen. De termijn waarop werk kan worden hervat, hangt af van het soort werk dat u doet.
- Oefenen is belangrijk om de functies van de spieren te herstellen en de knie te laten bewegen. De eerste maanden oefent u op souplesse, zonder gewichten. Een hometrainer, zonder weerstand, is hier erg geschikt voor.

Dagelijkse oefeningen

Strekken: trek met behulp van een handdoek uw voet naar u toe. Span tegelijk uw bovenbeenspieren aan. Elk uur 15 maal.



Buigen: Trek uw voet richting uw bil. De handdoek of plastic zak zorgt dat uw voet gemakkelijker over de ondergrond glijdt. Probeer steeds iets verder te buigen. Daarna uw been zo ver mogelijk strekken. Doe dit gedurende 5 minuten, elk uur.



Complicaties

Overleg bij onderstaande complicaties met uw specialist voor eventuele behandeling:

- Nabloeding in de knie.
- De wond blijft soms lang gevoelig.
- Er kan een trombosebeen* of longembolie ontstaan.
- Instabiliteit van de knie.
De knieprothese “kligt” met bewegen.
- Infectie van de knieprothese.
- Schade door de operatie aan structuren rond de knie, zoals zenuwen of bloedvaten; dit is zeer zeldzaam.

Soms is het resultaat van de knieprothese niet wat u ervan had gehoopt. Er kan een pijnlijke sensatie in de knie blijven ondanks de prothese.

Let op: Bij personen met een kunstknie 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.

Wanneer neem ik contact op met Orthopedium?

- 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

* Trombose is een bloedstolsel dat het bloedvat afsluit. Symptomen van een trombosebeen zijn: de kuit is hard, pijnlijk, rood en glanst. Het optrekken van de tenen naar de neus is zeer pijnlijk. Neem bij twijfel hierover onmiddellijk contact op met uw behandeld specialist of huisarts.

Veelgestelde vragen

Hoe lang duurt de operatie van een knieprothese?

Gemiddeld tussen de 45 en 75 minuten.

Wordt de operatie vaak uitgevoerd?

In Nederland worden per jaar ongeveer 18.000 knieprothesen geplaatst.

Bij Orthopedium zijn onze orthopeden gespecialiseerd in het uitvoeren van deze verrichting, u bent bij ons in goede handen voor het krijgen van een knieprothese.

Hoe lang gaat een knieprothese mee?

We rekenen tegenwoordig op minimaal 15 jaar, maar bij zware belasting kan dat minder zijn. Vervanging is mogelijk, indien te lang gewacht wordt dan is dat wel moeilijker en zijn er meer risico's.

Kan de knieprothese worden vervangen? En hoe vaak kan een knieprothese worden vervangen?

De losgeraakte knieprothese kan worden vervangen. Het resultaat is bij een revisie operatie vaak wel minder ten aanzien van kniefunctie en kniebelastbaarheid.

Theoretisch kan een knieprothese meerdere keren worden gereviseerd.

Moet ik antibiotica gebruiken bij een behandeling van de tandarts?

In de landelijke richtlijn van de specialistenvereniging van de Orthopedie wordt geadviseerd om alleen bij een tandheelkundige ingreep in een ontstoken gebied 2 tabletten antibiotica te geven in de vorm van amoxicilline/clavulaanzuur.

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.

Wat zijn de gevolgen van een infectie van de knieprothese?

Als de infectie binnen 6 weken na operatie optreedt en direct wordt behandeld met uitgebreid spoelen van de knie en het geven van antibiotica kan de prothese worden behouden. Indien een langere termijn verstrijkt, moet de knieprothese meestal worden verwijderd om later na volledige genezing van de infectie weer een nieuwe knieprothese te implanteren.

Een geïnfecteerde knieprothese vereist vaak meerdere operaties om de botvlakken vrij van bacteriën te krijgen. Als uiteindelijk opnieuw een knieprothese geplaatst wordt, zal gedurende ongeveer een half jaar een combinatie van antibiotica gegeven worden om de nieuwe prothese te beschermen.

Mijn knie maakt klikkende geluiden. Waardoor komt dit en kan het kwaad?

Een knieprothese bestaat uit twee metalen oppervlakken met daartussen een polyethyleen (kunststof) tussenlaag. Deze oppervlakken veroorzaken de klikkende sensaties. De geluiden komen vooral in de beginfase voor als de spierkracht en spiercoördinatie nog op niveau moet worden gebracht. Hoewel de patiënt de geluiden soms als eng ervaart, veroorzaken zij geen schade aan de prothese. Ook langere tijd na de operatie kan de orthopeed bij voldoende ontspanning van spieren deze geluiden opwekken.

Hoe oud moet ik zijn om een knieprothese te krijgen?

Uw mate van invaliditeit bepaalt of u aan een prothese toe bent, in uitzonderlijke gevallen worden prothesen bij 20- en 30 jarigen geplaatst.

Is zo'n knieprothese zwaar?

Een knieprothese weegt ca. 400 gram en u merkt daar niets van.

Plaatsen jullie ook de zogenaamde “gender knieprothese”?

Bovengenoemde prothese is met name ontwikkeld voor vrouwen, om te zorgen dat de afmetingen van de prothese onderdelen zo goed mogelijk passen bij bouw en verhoudingen van het kniegewricht van de vrouw. Wij werken met een knieprothese waarbij een ruime hoeveelheid verschillende maten voorhanden is, waardoor problemen met maatvoering eigenlijk niet voorkomen.

Piep ik met mijn knieprothese op een vliegveld als ik door het poortje ga?

Met name bij slanke patiënten of bij meerdere prothesen kan dit gebeuren.

Wanneer mag ik weer autorijden?

U mag weer autorijden zodra uw kniefunctie helemaal hersteld is en u zonder krukken buiten kunt lopen.

U kunt zich thuis voorbereiden op de operatie door de u 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 orthopeed het verwachte resultaat van de ingreep met u.

Checklist benodigdheden voor opname ziekenhuis

- Uw medicijnen in originele verpakking
- Uw identiteitsbewijs
- Verzekeringpapieren
- Uw patiëntensticker van Vlietland Ziekenhuis
- Gemakkelijk zittende kleding voor 2 a 3 dagen
- Krukken
- Nachtkleding
- Ondergoed
- Toiletartikelen
- Schoeisel (geen slippers)
- Laat kostbare sieraden bij voorkeur thuis

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