

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Patella luxatie

Knieschijf uit de kom

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



In deze folder geeft het Maasstad Ziekenhuis u uitleg over de behandeling van uw knieschijf die uit de kom is geweest. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen.

### Wat is het

Patella luxatie ('uit de kom' gaan van de knieschijf) kan ontstaan door een direct trauma (ongeval) of bij sportletsels, maar het kan ook spontaan gebeuren, zonder enige directe aanleiding.



### Diagnose

Bij een patella luxatie is de knieschijf altijd naar de buitenkant (lateraal) van de knie geluxeerd geweest en in de meeste gevallen spontaan weer opgeheven. In sommige gevallen moet de knieschijf teruggeplaatst worden, doormiddel van een repositie.

De pijn en zwelling bevinden zich echter aan de binnen zijde (mediaal) van de patella (knie-schijf), waar de band (het retinaculum) gescheurd is.

Diagnose wordt klinisch gesteld, bij twijfel wordt een röntgenfoto gemaakt. Om een breuk uit te sluiten.

### **Conservatieve behandeling**

Mocht de knieschijf nog teruggeplaatst moeten worden, dan wordt dit op de Spoedeisende Hulp gedaan, waarbij u knie in strekstand wordt gebracht en met lichte druk op de patella vanaf de laterale zijde (buitenzijde van u been) de knieschijf wordt teruggeplaatst. Daarna krijgt u een gipsspalk of koker en wordt pijnstilling met u besproken. Als u boven de 16 jaar bent krijgt u een recept mee voor injecties ter voorkoming van een trombose.

U krijgt vervolgens een afspraak voor op de Gipskamer voor het aanleggen van een kniekoker voor de duur van 2 weken.

U mag uw been als de kniekoker eromheen is gelegd belasten (mee lopen), eventueel met krukken.

Na 2 weken komt u terug op de Gipskamer en wordt er door de gipsverbandmeester een kniebrace (zie onderstaande foto's) aangelegd, voor de komende 4 weken. Dit is een neopreem elastische kous met een ondersteuning van de knieschijf, door uit twee zijdelingse spalken en een verdikte band ter voorkoming van een re-luxatie (herhaling van luxatie) en twee rekbare fixatie banden. U mag nu uw looppatroon met krukken weer op gaan pakken. Het buigen van de knie is toegestaan.

U moet de brace 24 uur per dag dragen. In overleg met u behandeld arts mag u de brace af doen bij het douchen, waarbij u uw knie gestrekt moet houden.



Tijdens de hele behandeling van uw letsel is het belangrijk dat u de spieren in uw aangedane been blijft oefenen, door de volgende oefeningen te doen: ga op een bed/bank liggen en til uw gehele aangedane been op vanuit de bovenbeenspieren en houdt dit zolang mogelijk vast. U mag het ook met beiden benen tegelijk doen. Herhaal dit 10x achter elkaar en doe dit 5x per dag. Zo houdt u de bovenbeenspieren (quadricepspezen) in optimale conditie.

In totaal duurt de behandeling 6 weken. Deze wordt in uw laatste afspraak afgesloten nadat de arts uw knie heeft getest. Als deze voldoende stabiel is mag de brace afblijven en mag u uw knie gaan gebruiken, zonder ondersteuning. Bij vragen kunt u altijd terecht bij uw behandelend arts of de gipsverbandmeester

**Voor vragen of informatie**

Als u nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met de Gipskamer of de Spoedeisende Hulp. U kunt de Gipskamer van maandag t/m vrijdag tussen 08.00 – 12.00 uur en tussen 13.00 – 17.00 uur bereiken via (010) 291 36 19.

Vanaf 17.00 uur, in het weekend en op feestdagen is de Gipskamer gesloten en kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp via (010) 291 35 99.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية، إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بمصنوع شخص ما الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه أو يشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

E: [info@maasstadziekenhuis.nl](mailto:info@maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasenik.nl](http://www.maasenik.nl) (kinderwebsite)

