

PATIËNTEN  
INFORMATIE

# Arthroscopie

Van de knie

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**  
een santeon ziekenhuis



Door middel van deze folder wil het Maasstad Ziekenhuis u informeren over arthroscopie. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig door te lezen.

### **Wat is een arthroscopie?**

Arthroscopie betekent: in het gewricht kijken. Dit is meestal de knie, soms de schouder, de enkel en af en toe de elleboog, de pols of de heup. Deze folder gaat voornamelijk in op de knie.

Het kniegewricht is één van de grootste en meest ingewikkelde gewrichten in het lichaam. Het kniegewricht bestaat uit drie botdelen: het scheenbeen, het dijbeen en de knieschijf. De uiteinden daarvan zijn bedekt met een laagje kraakbeen, zodat de knie soepel beweegt.

### **Waarom een arthroscopie?**

De orthopedisch chirurg is, door middel van een kijkoperatie (arthroscopie) in de knie, beter in staat een bepaalde diagnose stellen. Zonder de knie helemaal open te snijden, kan hij vaststellen of er sprake is van scheuren in de meniscus of kruisband, losse stukjes bot of kraakbeen, beschadigingen aan het kraakbeen of slijmvliesontsteking. Meestal kan direct een behandeling volgen. Het herstel na een kijkoperatie verloopt doorgaans vlot. Na de ingreep kan de knie vrijwel altijd direct worden belast.



## **Vorbereiding**

Een kijkoperatie in de knie gebeurt vaak onder volledige narcose of u krijgt een ruggenprik. Een ruggenprik kan worden gecombineerd met een slaapmiddel, waardoor u weinig of niets van de operatie merkt. Tijdens de preoperatieve screening bespreekt de anesthesist met u welke vorm van anesthesie voor u het meest geschikt is.

## **De operatie**

De orthopedisch chirurg maakt aan de voorzijde van de knie twee sneetjes van één centimeter. Vervolgens brengt hij een dunne kijker (arthroscoop) in de knie, met een lichtkabel daarop aangesloten. De arthroscoop wordt ook aangesloten op een videocamera en een beeldscherm. Via een aparte aan- en afvoeropening in de knie wordt het gewricht voortdurend gespoeld met een zoutwateroplossing. De orthopedisch chirurg brengt tijdens de operatie zo nodig een tangetje of schaar in het gewricht aan om de gevonden afwijking te kunnen behandelen. Na de ingreep worden de operatiesneetjes afgedekt. De ingreep duurt ongeveer een half uur.

## **Na de operatie**

Na een eenvoudige arthroscopische ingreep kunt u meestal dezelfde dag naar huis. Een enkele keer kan het nodig zijn dat u een nachtje overblijft. Soms heeft u een pijnstiller nodig. Dan is paracetamol vaak voldoende. Buigen van de knie mag, maar met mate en de eerste week niet meer dan negentig graden om te voorkomen dat het wondje openspringt.

Ook lopen mag, maar met mate. De eerste twee tot drie dagen kunt u beter geen wandelingen maken. Krukken zijn vrijwel nooit nodig, tenzij uw arts deze voorschrijft. Douchen moet u wegens infectiegevaar uitstellen tot de wondjes gesloten zijn. Dat is meestal na vijf dagen het geval.

### **Mogelijke complicaties**

Bij arthroscopie treden zelden complicaties op. In een enkel geval kan er sprake zijn van langdurige en forse zwelling, bloeding in de knie of gewrichtsontsteking. Bij grote uitzondering ontstaat een trombosebeen: er is dan een bloedstolsel gevormd dat een ader in het been verstoppt.

### **Nabehandeling**

Zo nodig krijgt u fysiotherapie, maar vaak is zelf oefenen voldoende. Uw arts adviseert u de eerste week bijvoorbeeld vijfmaal per dag het bovenbeen in zittende houding (op de tafelrand of in een rechte stoel) tien tot vijftien maal vijf seconden lang stevig aan te spannen. Een week na de operatie kunt u zelf de hechtpleisters verwijderen.

De poliklinische controle vindt twee tot zes weken na de ingreep plaats. Na genezing zijn de huidwondjes vaak nog dik. Dit komt doordat het onderliggende kapsel ook geopend is en iets langere tijd nodig heeft om te genezen. Dit vraagt drie tot vier weken.

### **Adviezen voor thuis**

Het moment waarop u weer kunt werken is afhankelijk van de aard van de ingreep en het soort werk dat u doet. De bedrijfsarts bepaald dit. In het algemeen kunt u één tot twee weken aanhouden voor zittend werk en drie weken voor zwaarder werk. Het is niet verstandig binnen een maand met contactsporten te beginnen. Bij zwelling van de knie, als reactie op inspanningen, moet u het iets rustiger aan doen.

### **Vragen**

Wanneer zich thuis na de operatie problemen voordoen, neem dan contact op met uw huisarts of met de betreffende polikliniek.

Polikliniek Orthopedie: (010) 291 22 75

Polikliniek Chirurgie: (010) 291 22 45

Beide poliklinieken zijn op werkdagen geopend van 08.00 tot 17.00 uur. Buiten deze tijden kunt u contact opnemen met het ziekenhuis via het algemene nummer (010) 291 19 11.



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

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

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

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

