



# Knieoperatie - verplaatsen knieschijf

Tuberositas-transpositie

# Inhoudsopgave

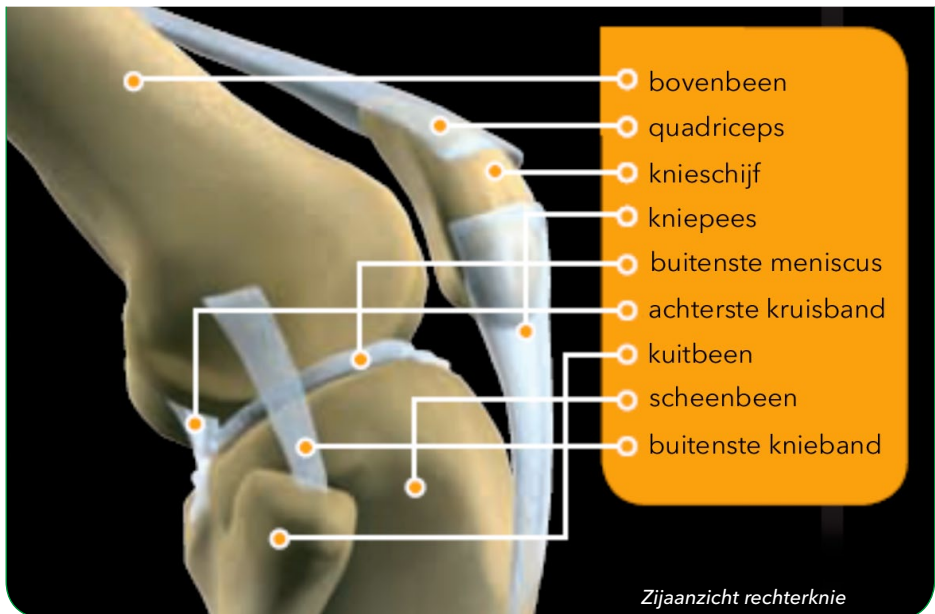
Een gezonde knie	3
Wat is een tuberositas-transpositie?	4
Waarom is een tuberositas-transpositie nodig?	5
Vorbereiding op de operatie	5
De dag van de operatie	7
Na de operatie	8
Complicaties	8
Controle	9
Revalidatie en herstel	9
Uw vragen	12
Notities	13

In overleg met uw orthopedisch chirurg krijgt u binnenkort in Medisch Centrum Alkmaar (MCA) een knieoperatie waarbij de knieschijf wordt verplaatst. De medische term voor deze ingreep is tuberositas-transpositie. U wordt voor deze operatie 1 tot 2 dagen opgenomen. In deze folder vindt u uitleg over deze ingreep en het herstel na de operatie.

### Een gezonde knie

De knie is een scharniergewricht dat het boven- en onderbeen met elkaar verbindt. Een knie bestaat uit drie delen: het scheenbeen, het bovenbeen en de knieschijf (patella). De uiteinden van

deze botdelen zijn bedekt met een laagje elastisch kraakbeen zodat de knie schokken kan opvangen en soepel kan bewegen. Tussen het bovenbeen en het scheenbeen zitten de binnenste en buitenste meniscus. Deze zorgen ervoor dat het ronde bovenbeen kan draaien



## Knieoperatie - verplaatsen knieschijf

op het platte scheenbeen. Middenin het kniegewricht liggen de kruisbanden. Samen met de gewrichtsbanden rond de knie zorgen ze voor stabiliteit van het kniegewricht en vangen ze draai- en glijbewegingen op.

### Wat is een tuberositas-transpositie?

Bij een tuberositas-transpositie wordt de knieschijf verplaatst. Dit kan nodig

zijn bij een zogenoemde hoogstand van de knieschijf. De knieschijf past dan niet goed in de holte van het bovenbeen. Door verplaatsing van de kniepees op het scheenbeen, wordt de knieschijf (meestal) wat naar beneden en naar binnen verplaatst.

Bij een tuberositas-transpositie wordt het kniegewricht zelf niet opengemaakt. Het voordeel is dat er geen verklevingen in de knie kunnen ontstaan als u na de operatie gips draagt.



Voor de operatie.



Na de operatie.

## Waarom is een tuberositas-transpositie nodig?

Een operatie kan onder andere nodig zijn als de knieschijf zo slecht past (spoort) dat deze helemaal van zijn plaats en ontwricht raakt. Ook bij (ernstige) pijnklachten wordt een ingreep overwogen.

Denkt u aan (stekende) pijn bij:

- traplopen en/of fietsen
- sporten
- als u te lang in één houding zit

Ook kunt u een gevoel van 'doorzakken' krijgen. Of een zeurend en/of stijf gevoel als u actief bent geweest. Anders dan verwacht, ervaren de meeste patiënten de pijn vooral in de knieholte.

## Vorbereiding op de operatie

### Anesthesie

Als u geopereerd wordt, brengt u meteen na uw afspraak met de orthopedisch chirurg een bezoek aan het inloopsprek-uur van de polikliniek anesthesiologie. U heeft daar een voorbereidend gesprek met een anesthesioloog. Dit is een medisch specialist op het gebied van verdoving en narcose.

### McConnel Taping

Om een goede inschatting te maken van het effect van de operatie, heeft uw orthopedisch chirurg u eerder zogenoemde McConnel Taping voorgeschreven. Deze vorm van taping is heel specifiek en moet volgens de originele methode aangelegd worden. Heeft deze specifieke taping geholpen? Dan mag ook een goed resultaat van de operatie verwacht worden. Is de tape niet goed aangelegd of is niet de juiste tape gebruikt (gekleurde tape of elastische tape)? Dan is het effect van een operatie niet goed in te schatten. Patiënten worden dan opnieuw voor McConnel Taping verwezen, voordat ze eventueel geopereerd worden.

De anesthesioloog bespreekt met u:

- uw gezondheidstoestand
- welke anesthesie u krijgt: algehele anesthesie (narcose) of regionale anesthesie (plaatselijke verdoving met bijvoorbeeld een ruggenprik)
- eventuele aanpassing van uw medicijnen rond de operatie
- informatie over niet eten en drinken (nuchter zijn)

# Knieoperatie - verplaatsen knieschijf

*Meer informatie over anesthesie vindt u in de brochure 'Goed voorbereid op uw operatie'. U krijgt deze brochure op de polikliniek anesthesiologie mee.*

## **Afdeling opname**

Aansluitend op het bezoek aan de anesthesioloog gaat u naar de afdeling opname. U wordt ingepland voor de operatie en op een wachtlijst geplaatst. U krijgt een indicatie van de wachttijd. Als bekend is wanneer u geopereerd wordt, krijgt u telefonisch bericht van de afdeling opname over de definitieve datum, het tijdstip van de operatie en waar u zich kunt melden. De medewerkers van de afdeling opname bespreken dan ook met u of u na uw ontslag thuis kunt terugvallen op hulp van een mantelzorger.

## **Is de operatiedatum bekend? Maak dan zelf een afspraak met de gipskamer**

Heeft de afdeling opname u gebeld en de operatiedatum doorgegeven? Maak dan vervolgens zelf een afspraak met de gipskamer van MCA voor het aanmeten van een gipskoker. Het telefoonnummer is 072 - 548 24 56. De gipskoker, die van uw lies tot enkel loopt, wordt voor u op maat gemaakt. U krijgt deze gipskoker mee naar huis. U neemt de koker op de dag van de operatie weer mee naar het ziekenhuis.

## **Haal pijnstillers in huis**

Het kan zijn dat u na de operatie nog pijn heeft. Wij raden u daarom aan om voor de operatie de pijnstiller paracetamol (500 mg) in huis te halen. Paracetamol is verkrijgbaar bij uw drogist of apotheek. In het ziekenhuis krijgt u ook een recept mee voor de pijnstiller diclofenac.

*Heeft u hartklachten, nierfunctiestoornissen, maagklachten en/of gebruikt u bloedverdunnende medicijnen? Dan mag u alleen paracetamol gebruiken. Als dit onvoldoende helpt, kunt u contact opnemen met uw orthopedisch chirurg.*

## **Wat neemt u mee naar het ziekenhuis?**

U neemt het volgende mee naar het ziekenhuis:

- de gipskoker
- opnameformulieren
- legitimatiebewijs
- afsprakenkaart met een actueel registratie-etiket
- zorgverzekeringpas
- alle medicijnen (met verpakking) die u thuis gebruikt
- elleboogkrukken (of uw rollator als u gewend bent die te gebruiken): elleboogkrukken kunt u gratis lenen bij een thuiszorgwinkel bij u in de buurt
- slippers of pantoffels

- comfortabele stevig aansluitende schoenen waar u goed op kunt lopen (geen hakken)
- makkelijk zittende kleding
- extra ondergoed
- iets om te lezen

*Wij adviseren u om kostbaarheden zoals sieraden thuis te laten. Het ziekenhuis is bij verlies of diefstal namelijk niet aansprakelijk.*

### **Ontharen gebeurt zo nodig in het ziekenhuis (doe dit niet zelf)**

Wij vragen u dringend om niet zelf van tevoren thuis te ontharen. Als ontharen nodig is, wordt dit vlak voor de operatie in het ziekenhuis gedaan. Dit is belangrijk om de kans op infecties via kleine huidbeschadigingen te verkleinen.

### **De dag van de operatie**

#### **Waar kunt u zich melden?**

U meldt zich op de dag van de operatie op de afgesproken tijd bij de portier bij de hoofdingang van MCA. De portier verwijst u naar de afdeling waar u moet zijn. U wordt op de afdeling opgevangen door een verpleegkundige die u op de operatie voorbereidt:

- de verpleegkundige wijst u uw bed
- u krijgt een operatiehemd aan
- ze tekent de knie af die geopereerd wordt
- u krijgt in sommige gevallen een injectie om trombose te voorkomen
- u krijgt in sommige gevallen premedicatie: een capsule waar u wat slaperig van wordt en 2 tabletten paracetamol tegen de pijn

U wordt op de operatieafdeling geopereerd door een orthopedisch chirurg. Vaak wordt de chirurg geassisteerd door een orthopedisch chirurg in opleiding.

#### **Goede voorbereiding is belangrijk: bekijk het filmpje op onze website**

Voor meer informatie over de knieoperatie kunt u ook het filmpje op onze website bekijken. U ziet geen details van de operatie zelf, maar wel wat u bewust meemaakt op de operatieafdeling. U vindt het filmpje op [www.mca.nl/operatie](http://www.mca.nl/operatie).

# Knieoperatie - verplaatsen knieschijf

## De operatie

Met een zogenoemde bloedleegteband wordt de toevoer van bloed naar uw been gestopt. U verliest daardoor geen bloed en het operatieteam heeft beter (over) zicht op het operatiegebied. De chirurg maakt ter hoogte van de overgang van de kniepees naar het scheenbeen een snede van zo'n 7 tot 9 centimeter. Vervolgens wordt de aanhechting van de kniepees mét een botblokje uitgezaagd. Daarna wordt de beste positie van de knieschijf bepaald. Hier wordt nóg een blokje bot uitgezaagd. De 2 blokjes worden omgewisseld. Het blokje met de pees wordt vastgezet met een stevige schroef. De wond wordt gesloten met oplosbare hechtingen. Tot slot wordt de gipskoker om uw been gedaan.

### *De gipskoker*

Het is belangrijk dat de koker gedurende de hele herstelperiode goed blijft zitten en nauw om uw been sluit. Na de operatie wordt daarom verband om de gipskoker gedaan. Op die manier blijft de koker beter zitten.

## Na de operatie

U krijgt van de fysiotherapeut uitleg over het lopen met krukken en hoe u uw been en knie slechts voor de helft (50%) belast. Ook krijgen u en uw familie uitleg over hoe u zichzelf thuis Fraxiparine-injecties tegen trombose geeft. Heeft u (veel) pijn? Dan kan de verpleegkundige het verband om de gipskoker wat losser doen. Als alles goed gaat, kunt u de dag na de operatie naar huis. (Alleen als dat nodig is, blijft u nog een extra nacht in het ziekenhuis.)

## Complicaties

De kans op complicaties is niet groot, maar het kan zijn dat:

de knie dik wordt en blijft

- er een bloeding optreedt
- een wondinfectie optreedt
- de zijkant van uw knie en onderbeen gevoelloos wordt: dit is niet te voorkomen, maar het gevoel komt binnen een jaar meestal langzaam terug

### *Kleine kans op trombose*

Er is verder een kleine kans op trombose. Bij trombose ontstaat een klein bloedstolseltje dat een ader in het been verstopt. Hierbij ontstaat pijn in de kuit



die kan lijken op kramp. Om trombose te voorkomen, krijgt u een prikje in uw buik met een bloedverdunnend middel (Fraxiparine). U leert in het ziekenhuis hoe u dit thuis ook zelf kunt doen.

### **Wanneer waarschuwt u het ziekenhuis?**

Waarschuw het ziekenhuis als:

- uw knie erg dik wordt en als u steeds meer pijn krijgt
- uw knie rood wordt
- u meer dan 38,5 °C koorts krijgt

U kunt contact opnemen met de polikliniek orthopedie. Dat kan op werkdagen van 08.30 tot 16.30 uur. Buiten kantooruren en in het weekend kunt u contact opnemen met de spoedeisende hulp.

#### *Telefoonnummers*

- polikliniek orthopedie: (072) 548 25 00
- afdeling spoedeisende hulp: via het algemene nummer (072) 548 44 44

### **Controle**

- U komt 1 week na de operatie voor controle op de polikliniek orthopedie. Dan wordt het gips aangepast. De orthopedisch chirurg of orthopedisch

chirurg in opleiding controleert bovendien uw knie.

- Als alles goed gaat, komt u 5 weken later nog een keer voor controle. Er wordt dan een röntgenfoto van uw knie gemaakt om na te gaan of het bot goed geneest. Dit is een belangrijke voorwaarde voor verder herstel.
- Na 3 maanden komt u nog een keer voor controle. De chirurg die u heeft geopereerd, controleert dan uw knie.

### **Revalidatie en herstel**

Het herstel duurt gemiddeld zo'n 8 tot 16 weken. U wordt bij uw revalidatie en herstel begeleid door een fysiotherapeut bij u in de buurt. U krijgt onder andere uitleg en instructies over lopen met krukken mét de gipskoker. U kunt ze hieronder nog eens rustig nalezen.

#### **Lopen met krukken**

##### *Lopen met 2 krukken*

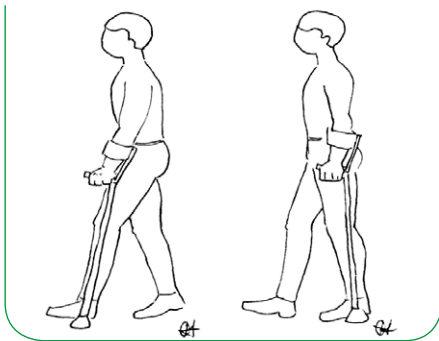
Ga met uw voeten naast elkaar staan, zet de krukken naast uw voeten. Zet eerst beide krukken tegelijk vooruit. Zet dan uw geopereerde been naar voren, tussen de krukken. Zet vervolgens een stap met het niet-geopereerde been tot voorbij het

## Knieoperatie - verplaatsen knieschijf

geopereerde been. Maak niet al te grote stappen en let erop dat ze even groot zijn.

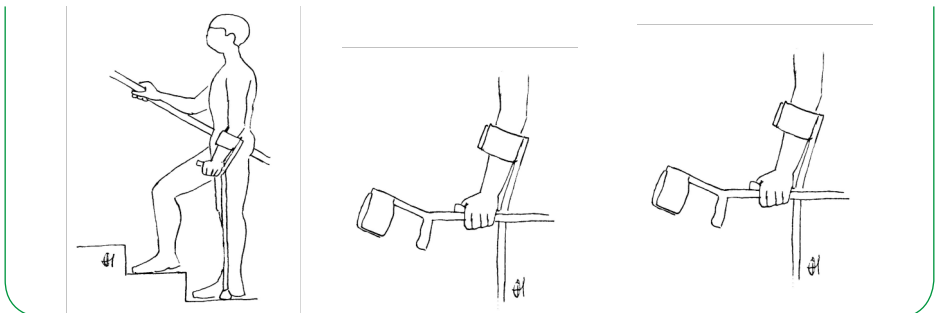
### Lopen met 1 kruk

Houd de elleboogkruk vast aan uw niet geopereerde kant. Zet de kruk en het geopereerde been tegelijk naar voren. Zet vervolgens een stap met het niet-geopereerde been tot voorbij het geopereerde been.



*Traplopen met elleboogkrukken - trap op*  
Houd met uw ene hand de leuning vast, met uw andere hand de elleboogkruk. U houdt de tweede elleboogkruk horizontaal aan de buitenkant vast in de hand met de elleboogkruk of geef de tweede kruk aan degene die eventueel met u meeloopt. Zet eerst uw gezonde been een trede omhoog. Zet uw geopereerde been en de kruk er vervolgens naast.

*Traplopen met elleboogkrukken - trap af*  
Houd met uw ene hand de leuning vast en met uw andere hand de elleboogkruk. De tweede elleboogkruk houdt u aan de buitenkant vast in de hand met de elleboogkruk (of geef de tweede kruk aan degene die met u meeloopt). U zet de elleboogkruk een trede lager. U plaatst de voet van het geopereerde been ernaast. Zet vervolgens uw gezonde been ernaast.



### **Gipskoker: volg deze instructies goed op**

Voor goed herstel is het erg belangrijk dat de gipskoker goed blijft zitten en nauw om uw been sluit. Het is daarom belangrijk dat u zich goed aan de volgende instructies houdt.

#### *U houdt de koker altijd om*

Het is belangrijk dat u de koker niet afdoet. Ook niet om te douchen.

#### *Klittenband op de koker*

Een week na de operatie heeft u een afspraak op de gipskamer van MCA. De gipsmeester zet dan zo nodig klittenbanden op de koker. Met deze klittenbanden kunt u de koker zelf strakker trekken als de koker ruimer wordt.

#### *Wordt de koker te ruim? Neem dan contact op met de gipskamer*

Na verloop van tijd merkt u dat de koker te ruim wordt. Onder andere doordat uw been na verloop van tijd minder dik wordt. De koker gaat dan 'zakken' en drukt op de enkel. Zodra de koker los gaat zitten, kunt u een afspraak maken met de gipskamer. De koker wordt dan aangepast.

#### *Oefeningen*

De enkel is vrij gelaten. Daardoor kunt u uw voet en enkel gewoon bewegen.

Het is belangrijk dat u dagelijks oefeningen doet met de voet van uw geopereerde been:

- trek uw voet naar u toe en draai rondjes: doe dit 10 keer en herhaal deze oefening 10 keer per dag
- begin met het aanspannen van de bovenbeenspieren (zonder uw been te strekken en/of te heffen)

### **Uw vragen**

#### **Vragen over de operatie**

Heeft u vragen over de operatie? Neem dan gerust contact op met uw orthopedisch chirurg of een medewerker van de polikliniek orthopedie. Dat kan op werkdagen van 08.30 tot 16.30 uur, telefoon (072) 548 25 00.

#### **Vragen over de krukken en oefeningen**

Met vragen over het lopen met krukken en de oefeningen voor thuis kunt u contact opnemen met de afdeling fysiotherapie van MCA. Dat kan op werkdagen van 08.00 tot 9.00 uur, telefoon (072) 548 36 00.

#### **Vragen over de gipskoker**

Met vragen of klachten over uw gipskoker, kunt u contact opnemen met de

# Knieoperatie - verplaatsen knieschijf

gipskamer. Dat kan op werkdagen van 08.30 tot 16.00 uur, telefoon 072 - 548 24 56. Buiten deze tijden kunt u contact opnemen met de afdeling spoedeisende hulp, telefoon 072 - 548 24 79.

**Schrijf hier uw vragen op**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**Notities**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# Knieoperatie - verplaatsen knieschijf

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Bron illustraties: folder 'Zorg voor beweging - De kijkoperatie (artroscopie)'  
van de Nederlandse Orthopaedische Vereniging en fysiotherapie MCA

## Colofon

Redactie: afdeling orthopedie  
afdeling communicatie  
Vormgeving: afdeling communicatie  
Oplage: 100 / 1e druk  
Druk: Ricoh  
Artikelnummer: 167969 / 2014.05

*Op alle behandelingen in MCA zijn de algemene voorwaarden van MCA van toepassing,  
zie [www.mca.nl](http://www.mca.nl) of vraag bij de balie van patiëntenvoorlichting.*

**Medisch Centrum Alkmaar**

Wilhelminalaan 12

1815 JD Alkmaar

T (072) 548 44 44

**mca.nl**