

Totale polsprothese

Wat u voor, tijdens en na de operatie kunt verwachten

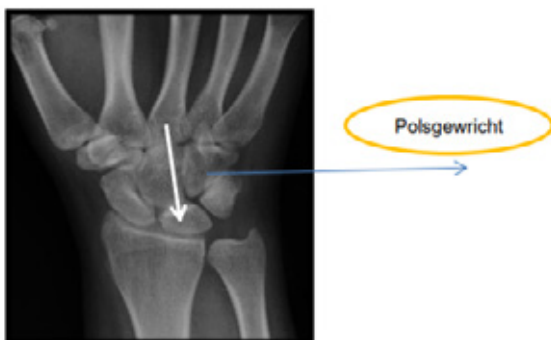
In overleg met uw orthopedisch chirurg krijgt u binnenkort in Noordwest Ziekenhuisgroep locatie Alkmaar een totale polsprothese, oftewel een nieuwe pols. Een totale polsprothese is geen kleinigheid. Voor een goed verloop van de ingreep én voor vlot herstel is het belangrijk dat u zich goed op de ingreep voorbereidt. In deze folder vindt u daarom uitleg over wat u voor, tijdens en na de operatie kunt verwachten.

Onze app Noordwest Zorg

Het is belangrijk dat u zich goed voorbereid op uw operatie. Naast de folder kunt u onze app Noordwest Zorg gebruiken. Hierin is alle informatie te vinden over uw behandeling. Deze handige app kunt u downloaden in de App Store of Google Play. Hiervoor downloadt u de app Patient Journey en zoekt u binnen deze app naar Noordwest Zorg. De voor u van belang zijnde informatie is direct zichtbaar op uw tijdslijn.

Het polsgewricht

Het polsgewricht vormt de verbinding tussen de hand en de onderarm. Dit gewricht bestaat uit 8 handwortelbeentjes, die door vele bandjes (ligamenten) bij elkaar worden gehouden (zie figuur 1). Deze bandjes laten een vast bewegingspatroon zien van de handwortelbeentjes ten opzichte van elkaar toe. Net zoals bij ieder gewricht, is het oppervlak van de handwortelbeentjes bedekt met kraakbeen. De botjes kunnen dan soepel ten opzichte van elkaar bewegen. Om de hand in het dagelijks leven te gebruiken, is het belangrijk dat het polsgewricht enigszins beweegt. Voor speciale activiteiten, zoals sporten en werken, moet de pols volledig kunnen bewegen. Als het polsgewricht pijn doet, zijn veel handelingen niet meer mogelijk en is het dagelijks functioneren beperkt.



Figuur 1: röntgenfoto van een normaal polsgewricht. De handwortelbeentjes zijn met kraakbeen bedekt. Hierdoor is een gewrichtspleet zichtbaar tussen de botjes (zie pijl).

Oorzaken van een versleten polsgewricht

Er zijn verschillende aandoeningen die slijtage van het polsgewricht kunnen veroorzaken. Denk hierbij aan reuma of een botbreuk. Bij reuma kan er een ontsteking ontstaan van het polsgewricht. Door zo'n gewrichtsontsteking, ook wel artritis genoemd, is de pols gezwollen, pijnlijk en stijf. Als een ontsteking lang duurt, kan dit ook nog leiden tot aantasting van het kraakbeen en de ligamenten. Er ontstaat slijtage (zie figuur 2). Ook kan er slijtage van het polsgewricht optreden door een ernstige breuk van het polsgewricht of door een verscheuring van de ligamenten van de pols. Dit treedt meestal pas vele jaren na het ongeval op. Net als bij een artritis is bij slijtage van de pols het gewricht gezwollen, pijnlijk en stijf. De slijtage op zich kan ook weer aanleiding geven tot een ontsteking van het gewricht met toename van de klachten.



Figuur 2: röntgenfoto van een polsgewricht dat is aangedaan door reuma. De langdurige ontsteking heeft geleid tot slijtage van het polsgewricht. Er is geen gewrichtsspleet meer tussen de handwortelbeentjes omdat het kraakbeen is verdwenen (zie pijl).

De klachten

Bij een beschadigde of versleten pols kunnen de volgende klachten ontstaan:

- pijn
- stijfheid
- zwelling
- soms een krakend geluid bij bewegen

In een gevorderd stadium van slijtage kan er ook sprake zijn van:

- bewegingsbeperkingen
- standsveranderingen
- instabiliteit

Wat is een polsprothese?

De polsprothese bestaat uit 2 delen. Het ene gedeelte wordt in het spaakbeen geplaatst en het andere deel met schroeven in de handwortelbeentjes. De orthopeden van Noordwest orthopedisch centrum gebruiken de Freedom® polsprothese (zie figuur 3). Het gewricht tussen het ellepijpkopje en het spaakbeen wordt hierbij niet vervangen.



Figuur 3: de Freedom® polsprothese.

Vraag gerust als iets niet duidelijk is

U krijgt met veel verschillende zorgverleners te maken. Het zal niet meevallen om ze uit elkaar te houden of te onthouden wat ze vertellen. Aarzelt u niet om iemand naar zijn naam en functie te vragen. En vraag het gerust als iets niet duidelijk is of als u zich ergens zorgen over maakt.

Vorbereiding op opname en operatie

Opnameplein

Binnenkort wordt u opgenomen in ons ziekenhuis. Voor de voorbereiding op de operatie krijgt u een afspraak met het opnameplein. Dit gebeurt meestal telefonisch. U heeft tijdens deze afspraak met diverse zorgverleners een gesprek zoals de apothekersassistent, anesthesioloog en verpleegkundige. Als u bloedverdunners gebruikt, heeft u ook een gesprek met een stollingsdeskundige. Het gesprek duurt ongeveer 1½ uur.

U ontvangt een brief over uw afspraak op het opnameplein. U vindt hierin informatie over:

- datum en tijdstip van uw afspraak
- op welk locatie u de afspraak heeft en
- hoe u zich op deze afspraak moet voorbereiden

Gesprek met de anesthesioloog

U krijgt voor de operatie een vorm van anesthesie, narcose bijvoorbeeld. U heeft daarom een gesprek met de anesthesioloog. De anesthesioloog bespreekt het volgende met u:

- uw gezondheidstoestand
- welke vorm van anesthesie die u krijgt: algehele anesthesie (narcose) of regionale anesthesie
- het eventueel aanpassen van uw medicijnen rond de operatie
- informatie over niet eten en drinken (nuchter zijn)

Meer informatie vindt u in de folder 'Goed voorbereid op uw operatie'. U krijgt deze folder van het opnameplein.

Gesprek met de verpleegkundige

U krijgt van de verpleegkundige uitleg over uw opname. Verder bespreekt de verpleegkundige het

volgende met u:

- uw thuissituatie
- wat u vóór uw opname moet regelen voor goed herstel thuis: denk aan eventuele hulp eventuele bijzonderheden rondom uw verzorging

Gesprek met de apothekersassistent

Het is belangrijk dat in het ziekenhuis bekend is welke medicijnen u gebruikt. U geeft dit daarom door aan de apothekersassistent. Neem ook uw medicijnen mee:

- alle medicijnen die u op dit moment mét en/of zónder recept gebruikt (vitamines of homeopathische medicijnen bijvoorbeeld): neem ook alle verpakkingen mee
- een overzicht van alle medicijnen die u op dit moment gebruikt: u kunt een actueel overzicht bij uw eigen apotheek opvragen

Nuchter zijn

U moet voor de operatie nuchter zijn. Dit betekent dat u een periode voor de operatie niet mag eten en drinken:

- tot 6 uur voor de opname ontbijten/lunchen:
alleen toegestaan is brood, ontbijtkoek, beschuit, boter, kaas, vleeswaren, zoet beleg, melkproducten, thee en koffie eventueel met suiker en melk
- tot 2 uur voor de opname alleen nog helder vloeibaar drinken:
alleen toegestaan is water, limonade (zonder prik), thee en koffie zonder melk (eventueel met suiker) en heldere appelsap

Meer informatie hierover vindt u in de folder 'Goed voorbereid op uw operatie'.

Operatiedatum

U krijgt van de afdeling planning orthopedie de operatiedatum. Daarna belt u 1 werkdag voor de operatiedatum met de planning orthopedie. Dit kan tussen 09:30 en 10:00 uur, telefoon 072 – 548 4401. U krijgt dan de volgende instructies:

- waar en hoe laat u voor uw opname en operatie wordt verwacht
- vanaf welk tijdstip u niet meer mag eten en drinken

Zo nodig krijgt u ook nog andere instructies.

Folder en filmpje

Meer informatie vindt u ook in de brochure 'Goed voorbereid op uw operatie'. U krijgt deze folder mee tijdens uw afspraak op het opnameplein.

U kunt op onze website www.nwz.nl/operatie ook een filmpje over de voorbereiding op de operatie bekijken. U ziet alleen wat u bewust op de operatieafdeling meemaakt.

Zorg voor pijnstillers

Het kan zijn dat u na de operatie thuis nog pijn heeft. Wij raden u daarom aan om voor de operatie de pijnstiller Paracetamol (500 mg) in huis te halen. Deze is verkrijgbaar bij uw drogist of apotheek.

Bij ontslag uit het ziekenhuis, krijgt u zo nodig ook nog een recept mee voor andere pijnstillers.

Zorg voor hulp na de operatie

U kunt de eerste 6 weken na de operatie de geopereerde hand niet goed gebruiken voor dagelijkse activiteiten. Denk hierbij aan autorijden, koken en boodschappen doen. Regel de nodige hulp hiervoor.

Wat neemt u mee naar het ziekenhuis?

U neemt het volgende mee naar het ziekenhuis:

- geldig identiteitsbewijs
- zorgverzekeringspas
- alle medicijnen (met verpakking) die u thuis gebruikt
- makkelijke zittende kleding
- slippers/pantoffels

Niet meenemen

Noordwest Ziekenhuisgroep raadt u af kostbaarheden zoals sieraden en/of grote hoeveelheden geld mee te nemen naar het ziekenhuis. Er bestaat altijd kans op zoekraken en/of diefstal. Heeft u een mobiele telefoon, tablet en/of laptop mee? En u kan deze niet meenemen naar een onderzoek of operatie? Zorg dan dat deze apparaten en andere kostbaarheden in een kluisje worden bewaard of u geeft het in bewaring bij de verpleging of uw naaste. Als u toch besluit dergelijke apparaten en/of geld onbeheerd bij u te houden, doet u dat voor eigen rekening en risico. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor beschadiging, verlies of diefstal.

Ringen

Ringen moeten af of beter nog: laat ze thuis. Als het u niet lukt de ring af te doen, laat de juwelier deze dan vóór uw opname vakkundige doorknippen. Op deze manier wordt uw ring zo min mogelijk beschadigd en kunt uw ring dan direct laten verruimen.

Meer informatie vindt u in de folder 'Opname, goed voorbereid naar het ziekenhuis'. U vindt deze folder op www.nwz.nl/patientenfolders.

Landelijke registratie

Uw operatiegegevens worden geregistreerd in de Landelijke Registratie Orthopedische Implantaten (www.LROI.nl). Als u hier bezwaar tegen heeft, kunt u dit doorgeven aan uw orthopedisch chirurg.

Vragenlijst: PROM's

Omdat er bij u binnenkort een polsprothese wordt geplaatst, krijgt u te maken met de zogenaamde PROM's, Patient Reported Outcome Measures. Dit is een vragenlijst waarmee het behandelingsresultaat wordt gescoord.

Wat betekent dit voor u?

Op het moment dat u op de wachtlijst bent geplaatst voor een polsprothese, gaat u langs het opnameplein. Zij vragen uw e-mailadres. Als u zelf niet over een e-mailadres beschikt, kunt u het

e-mailadres van een van uw kinderen of van iemand in uw familie of vriendenkring opgeven. Op dit e-mailadres ontvangt u een link, waarmee u online de vragenlijsten kunt invullen. Weet u niet hoe dit werkt, vraag dan aan iemand in uw omgeving om u te helpen.

2 momenten vragenlijst invullen

Op 2 momenten wordt u gevraagd een vragenlijst in te vullen. U krijgt de eerste vragenlijst voor de operatie, de tweede vragenlijst een jaar na de operatie.

Onze zorg verbeteren

Het is van groot belang dat u de vragenlijsten ook daadwerkelijk invult, aangezien we met uw informatie in staat zijn de kwaliteit van de zorg te verbeteren. Het ziekenhuis is verplicht om deze informatie te registreren. Dit kan alleen met uw medewerking, die we zeer op prijs stellen. Uw privacy wordt gewaarborgd. Voor meer informatie over de PROM's kunt u kijken op: orthopedie.nwz.nl

De dag van de operatie

U meldt zich op de dag van de operatie bij de receptie van Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar. De portier wijst u de weg naar de zogenoemde electieve opnamekamer (EOK). U wordt daar ontvangen door een verpleegkundige met wie u een kort opnamegesprek heeft. U kunt dan eventuele veranderingen in uw gezondheidssituatie doorgeven en al uw vragen nog stellen. Na de operatie komt u op de verpleegafdeling orthopedie 240 of 249 te liggen.

Vorbereiding op de operatie

De verpleegkundige bereidt u voor op de operatie:

- zij wijst u uw bed aan
- zij meet uw bloeddruk en temperatuur
- zij geeft u een operatiejasje
- zij tekent de pols af die geopereerd moet worden
- zij geeft u zogenoemde premedicatie. Dit zijn pijnstillers en een tablet waar u ontspannen van wordt

Vorbereiding in de holding

Als u aan de beurt bent, wordt u naar de holding gebracht. Dit is de voorbereidingsruimte van de operatiekamer (OK). In de holding wordt u verder voorbereid op de operatie. Uw persoonlijke en medische gegevens worden gecontroleerd en u krijgt een warmtedeken. U krijgt bovendien een infuus met antibiotica. Dit is om infecties na de operatie te voorkomen.

Controle van uw persoonlijke en medische gegevens

Om vergissingen en fouten te voorkomen, controleren we op vaste momenten voor, tijdens en na de operatie uw persoonlijke en medische gegevens: voor welke operatie u komt, aan welke zijde u geopereerd wordt en de manier van verdoven die afgesproken is (bijvoorbeeld ruggenprik of algehele narcose). Op de afdeling wordt van tevoren een pijl gezet aan de te opereren zijde. Dit wordt op de operatiekamer nog een keer gecontroleerd. De controles vinden volgens vaste voorschriften plaats. Bij elk controlemoment gaan telkens 2 of meer zorgverleners na of uw

gegevens kloppen én of het hele proces rondom uw ingreep volgens voorschrift en plan verloopt.

De operatie

U wordt geopereerd door een orthopedisch chirurg of een orthopedisch chirurg in opleiding onder supervisie van een orthopedisch chirurg. De operatie duurt ongeveer 1½ uur.

De operatie totale polsprothese

De operatie duurt ongeveer 1,5 uur. Tijdens de operatie wordt een band om de bovenarm strak opgeblazen. Hierdoor stroomt er tijdelijk geen bloed meer door de arm. Dit wordt een zogenaamde bloedleegte genoemd. De orthopedisch chirurg kan dan de structuren goed herkennen. Het litteken loopt in de lengterichting over de bovenzijde van het polsgewricht en is ongeveer 7-8 cm lang. Voor het plaatsen van de prothese is het nodig een deel van de handwortelbeentjes en een plakje van het spaakbeen te verwijderen. Het deel van de prothese aan de kant van de onderarm wordt klemvast in de schacht van het spaakbeen aangebracht. Dit gebeurt zonder cement, zodat het bot aan de prothese vast kan groeien. Het deel van de prothese aan de kant van de hand wordt met schroeven vastgezet in de resterende handwortelbeentjes. Dit om ingroei van het bot ter plaatse te bevorderen. Tussen beide delen van de prothese wordt plastic (polyethyleen) aangebracht. Zo kunnen de 2 delen van het kunstgewricht soepel ten opzichte van elkaar bewegen. Tijdens de operatie wordt met een röntgenfoto de stand van de prothese in het bot gecontroleerd (zie figuur 3). De wond wordt met oplosbare hechtingen gesloten. Er blijft een slangetje in de wond achter. Dit is een wonddrain. Op de operatiekamer wordt direct een gipsspalk aangelegd.



Figuur 3:

röntgenfoto van een polsgewricht na het plaatsen van een Freedom® polsprothese.

Pijnbestrijding

Voor goed herstel is het belangrijk dat de pijn draaglijk is: u moet goed kunnen doorademen en bewegen. Heeft u desondanks (veel) pijn die niet draaglijk is? Geef dit dan meteen door aan een verpleegkundige. De verpleegkundigen vragen ook zelf elke dag een paar keer of en hoeveel pijn u heeft. U geeft uw pijn een cijfer: van 0 (geen pijn) tot 10 (heel veel pijn). Zo nodig gebruikt de verpleegkundige hiervoor een soort liniaaltje.

Na de operatie

Na de operatie is het belangrijk dat u uw hand goed hoog neerlegt om de zwelling en pijn zoveel mogelijk tegen te gaan. De eerste dag na de operatie wordt op de gipskamer de wond

geïnspecteerd, de drain verwijderd en een nieuwe comfortabele spalk aangelegd. In deze spalk wordt een röntgenfoto van de pols gemaakt. Als er weinig zwelling is opgetreden en de pijn goed te verdragen, mag u dezelfde dag naar huis met de arm in een mitella. De verpleegkundige overlegt met de zaalarts hoelang u nog pijnstillers moet gebruiken. Meestal is dat 1 week. In de gipsspalk kunt u de vingers bewegen. U wordt aangeraden regelmatig de vingers te oefenen. Hierdoor neemt de zwelling eerder af en worden de vingers minder stijf. Enige dagen na uw operatie start u met oefentherapie.

Uw ontslag

Ontslaggesprek

Er zijn 2 ontslagmomenten op een dag: 's morgens en 's middags. Ook in het weekend. Is uw ontslagdatum bekend, dan heeft u een ontslaggesprek met de verpleegkundige. U kunt dan al uw vragen stellen. Omdat u de eerste 6 weken beperkt bent in het gebruik van uw hand, bespreekt de verpleegkundige met u of (tijdelijk) nazorg gewenst is. Verder worden de medicatie en leefregels voor thuis doorgenomen.

Wat krijgt u mee?

U krijgt het volgende mee:

- recepten voor medicijnen: indien nodig voor pijnstillers. De verpleegkundige overlegt met u of u uw eigen medicijnrecept mee naar huis neemt of dat wij deze faxen naar uw apotheek. Als u het makkelijker vindt kunt u ook de medicijnen ophalen bij de poliklinische apotheek van locatie Alkmaar. Houdt u er rekening mee dat sommige voorgeschreven medicijnen niet geheel vergoed worden en u hiervoor moet betalen
- controleafspraken
- kaartje 'Antibiotica uit voorzorg'
- kaartje 'Medisch implantaat'
- evaluatieformulier patiënten-ervaring

Onder begeleiding naar huis

Houdt u er rekening mee dat u niet zelfstandig naar huis kunt. Vraag daarom of een naaste of mantelzorgers u in het ziekenhuis ophaalt en naar huis begeleidt.

Leefregels voor thuis

Om ervoor te zorgen dat uw polsprothese niet loslaat en voor een goed herstel, is het belangrijk dat u de volgende leefregels opvolgt:

- niet met het hele lichaam steunen op de hand
- geen elleboogkrukken gebruiken, wel okselkrukken of schalkkrukken
- niet voor het lichaam uit tillen van zware lasten (meer dan 3 kg). Wel mag u bijvoorbeeld langs het lichaam een zware tas tillen
- niet krachtig doeken uitwringen
- niet met veel kracht voorwerpen los of vast draaien
- geen zware handenarbeid doen

Wanneer waarschuwt u het ziekenhuis?

U waarschuwt het ziekenhuis als:

- als het gevoel in uw vingers verminderd is
- het wondgebied rood en gezwollen is
- er vocht uit de wond komt

Wees voorzichtig met uw polsprothese

Het is belangrijk dat u de eerste periode extra voorzichtig bent met u geopereerde pols. Houdt u zich daarom goed aan de leefregels die in de folder staan. Ook daarna is het belangrijk dat u voorzichtig blijft.

Complicaties

De operatie en de herstelperiode verlopen meestal zonder problemen. De kans is dus niet groot, maar houdt u er wel rekening mee dat (een van) de volgende complicaties kunnen optreden:

- infectie
- zenuwshade
- peesletsel
- uit de kom schieten van de prothese (luxatie)
- stijfheid van het gewricht
- dystrofie

Controle

1 week na de operatie

De eerste poliklinische controle is 1 week na de operatie. De gipsverbandmeester controleert de wond en legt een nieuwe spalk aan. Dit is een tijdelijke spalk die u draagt tot het eerste bezoek aan de handtherapeut.

2e week na de operatie: revalidatieafdeling

In de tweede week na uw operatie komt u bij de handtherapeut. Ongeveer 6 weken na de start van de revalidatie heeft u uw eerste controleafspraak bij de revalidatie arts. Deze begeleidt de behandeling bij de handtherapeuten.

U bezoekt de orthopedisch chirurg 6 weken, 3 maanden en 1 jaar na de operatie. De chirurg controleert dan de voortgang van uw herstel. Voor de controles van 6 weken en 1 jaar na de operatie wordt een röntgenfoto van uw pols gemaakt.

Antibiotica uit voorzorg

Het kan zijn dat uw polsprothese geïnfecteerd raakt, ook jaren later nog. Om dit te voorkomen, is het belangrijk dat u bij bepaalde behandelingen van tevoren antibiotica inneemt. Meer informatie voor u én uw behandelaars vindt u op www.nwz.nl/antibiotica en www.nwz.nl/patientenfolders

Oefentherapie revalidatie

U krijgt oefentherapie op de revalidatieafdeling van Noordwest Ziekenhuisgroep. Deze therapie

start ongeveer een week na de operatie. U krijgt in samenspraak met uw handtherapeut een op maat gemaakt oefenschema, waarbij de spalk af mag tijdens het oefenen. De oefeningen hebben als doel om uw pols rustig aan weer wat soepeler te krijgen, zonder de pols te belasten.

De eerste 6 weken

Na ongeveer 4 weken bouwt u in overleg met uw therapeuten het dragen van de spalk af, op basis van hoe uw herstel verloopt.

In de eerste 4-6 weken na de operatie ligt de nadruk op het oefenen van de beweeglijkheid van de vingers en de pols. Na deze periode volgt het opbouwen van de kracht en belastbaarheid van de pols.. Tot 3 maanden na de operatie bent u bezig met het oefenprogramma. Na de revalidatieperiode is er een beweeglijkheid van de polsprothese die ongeveer de helft bedraagt van een normaal polsgewricht.

De eerste 3 maanden

De eerste 3 maanden na uw operatie brengt u regelmatig een bezoek aan uw handfysiotherapeut/ handergotherapeut.

Uw vragen

Heeft u nog vragen over uw opname of de operatie? Dan kunt u contact opnemen met de orthopedie van Noordwest Ziekenhuisgroep:

- tijdens kantooruren, de polikliniek van 08:30 tot 16:30 uur, telefoon 072 - 548 2500
- buiten kantooruren, de verpleegafdeling, telefoon 072 - 548 2560

Orthopedie

Het specialisme

Het specialisme orthopedie richt zich op onderzoek en behandeling van het bewegingsapparaat, zoals de heup, knie, wervelkolom en schouder. Dit kan bijvoorbeeld gaan om botbreuken, aandoeningen aan pezen en spieren of reumaklachten. Maar ook kinderen met aangeboren afwijkingen zoals scoliose, heupdysplasie of een klompvoet worden bij ons behandeld. Orthopedisch chirurgen onderzoeken en behandelen patiënten met zowel eenvoudige als complexe aandoeningen en alles ertussenin.

Orthopedisch centrum

Het behandelteam van orthopedie werkt binnen Noordwest Orthopedisch centrum nauw samen met andere zorgverleners. Denk aan fysiotherapeuten, radiologen, revalidatieartsen en ergotherapeuten.

Meer informatie kunt u vinden op orthopedie.nwz.nl