

## **Een nieuwe knie**

R.M. Feenstra  
W.G. Horstmann  
P.T.D. Kingma  
H.A.J. van Laarhoven  
R.E.A.M. Zwartelé

## **Een nieuwe knie**

U hebt met uw specialist de mogelijkheid van een nieuwe knie besproken. Het vervangen van het kniegewricht door een kunstgewricht is geen kleine ingreep. Het is daarom belangrijk dat u goed weet wat de ingreep inhoudt en waar u na de operatie rekening mee moet houden.

## **Waarom opereren?**

Knieafwijkingen komen op oudere leeftijd veel voor en veroorzaken stijfheid, pijn en daardoor op den duur invaliditeit. Het gaat hierbij om artrose of ook wel slijtage van het gehele kniegewricht genoemd. Dit veroorzaakt stijfheid en pijn, eerst vooral 's ochtends, later ook overdag en 's nachts. Het lopen wordt steeds moeilijker.

In deze fase, waarin fysiotherapie en pijnstillers geen effect meer hebben, is vervanging van het kniegewricht een goede oplossing.

## **Vorbereiding op een nieuwe knie**

Al voor de ziekenhuisopname kunt u zelf voorbereidingen treffen, die het herstel na de operatie vergemakkelijken. Na de ingreep moet u tijdelijk met krukken lopen. De fysiotherapeut kan u al voor de operatie leren met krukken te lopen. Zorg alvast voor een passende, wat hogere stoel met leuning zodat u steun heeft bij het gaan zitten en opstaan. Voor de operatie kunt u een toiletverhoger aanvragen bij de thuiszorgwinkel en uw bed verhogen door een extra matras of door stoeptegels onder de poten te plaatsen. Ook kunt u al handgrepen in de douche en het toilet laten aanbrengen.

## **De operatie**

De anesthesist leidt volgens de afgesproken methode de verdoving; meestal is dit een ruggenprik. Tijdens de operatie krijgt u een slangetje (catheter) in de blaas om de urine af te voeren. De orthopeed maakt een snee aan de voorkant van de knie. Het bot wordt op maat gemaakt voor de prothese waarna deze wordt geplaatst. Daarna wordt de wond gehecht. Om bloed en wondvocht af te voeren, krijgt u één of twee slangetjes (drains) in het wondgebied. Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer. Hier worden regelmatig uw bloeddruk, polsslag en ademhaling gecontroleerd. Zodra de controles goed zijn gaat u terug naar de afdeling.

## **Na de operatie**

Na de operatie is de knie verbonden met een drukverband. U heeft een infuus om vocht en zondig bloed toe te dienen. De eerste tijd na de operatie krijgt u pijnmedicatie via een dun slangetje dat in de rug is achter gebleven na de ruggenprik. De dag na de operatie wordt het drukverband verwijderd. Onder begeleiding van de fysiotherapeut wordt begonnen met buig- en strekoefeningen van de knie. Dit gebeurt passief door middel van een automatisch bewegend apparaat. Het geopereerde been, met name de knie kan wat dikker zijn dan het andere. Deze zwelling verdwijnt geleidelijk wanneer het been weer normaal gebruikt wordt. Bij zwelling is koelen met een ijspakking plezierig; dit kan ook de pijn verminderen. De derde dag na de operatie gaat u onder begeleiding van een fysiotherapeut even uit bed in de stoel. Na enkele dagen leert u weer lopen, eerst met een looprekje en vervolgens met twee elleboogskrukken. De fysiotherapeut vertelt u hoe u het beste kunt gaan liggen, zitten, opstaan en staan. Zo leert u stapje voor stapje de bewegingen weer op een goede manier uit te voeren.

## **Complicaties en risico's**

Hoewel een overgrote meerderheid van de knieoperaties zonder problemen verloopt, zijn er net als bij elke operatie complicaties mogelijk. Elke operatie geeft kans op infectie. Bij een knieoperatie is dat bijzonder vervelend omdat dit zou kunnen betekenen dat de nieuwe knie verwijderd moet worden om de infectie tot rust te laten komen. Hierna kan de knie meestal wel opnieuw geplaatst worden. Een ontsteking kan zelfs na jaren, een risico voor uw knie betekenen. Krijgt u ergens in uw lichaam een

ontsteking zoals een kaakontsteking, een keelontsteking of een steenpuist, dan moet u direct contact opnemen met uw huisarts.

Na een knieoperatie is er kans op trombose of embolieën. Daarom krijgt u vanaf de dag van opname tot gedurende 6 weken na de operatie Fraxiparine. Dit is een antistolingsmiddel wat d.m.v. een prikje in de buik of het been wordt toegediend.

Tijdens de opname wordt u en/ of uw partner hierover geïnstrueerd.

Een andere complicatie die op kan treden is doorliggen (decubitus) aan stuit en of hielen. Om dit zoveel mogelijk te voorkomen is het verstandig om voor de operatie in een goede voedingstoestand te verkeren. De verpleegkundige zal na de operatie de huid regelmatig op doorliggen controleren. Het is belangrijk dat u niet passief in bed ligt, maar zo snel mogelijk volgens het schema gaat mobiliseren.

Via de voorlichtingsbijeenkomst en de folder 'Weer thuis met een nieuwe knie' krijgt u instructies over datgene wat u wel en (nog) niet mag doen na de operatie.

### **Tot slot**

Wat u van uw nieuwe knie kan verwachten is van veel zaken afhankelijk. U zult enige beperkingen ondervinden, maar de vermindering van de pijn en de verbetering van het lopen wegen hier vaak ruimschoots tegenop.