

# Standscorrectie van het onderbeen, Tibiakop Osteotomie

De inhoud van deze folder komt uit de Patient Journey App. Daarom kan het zijn dat sommige verwijzingen in deze folder niet juist zijn omdat zij naar een mogelijkheid in de app verwijzen. Om de informatie zo goed mogelijk te kunnen bekijken is het downloaden van onze app via de app store of google play store aan te raden. Deze app is gratis. Doorloop de volgende stappen om de app in gebruik te nemen:



- 1 Zoek naar Patient Journey in de App Store / Google Play of scan de QR code.
- 2 Download de app
- 3 Accepteer de push notificaties
- 4 Zoek naar ETZ behandelwijzer
- 5 Selecteer de juiste behandeling en druk op 'Start'.

## Algemene info

### Welkom



**In overleg met uw behandelend orthopedisch chirurg heeft u gekozen voor een standscorrectie van het onderbeen. Binnenkort wordt u hiervoor opgenomen in het ziekenhuis.**

### Meer informatie over: ETZ

De standscorrectie van het onderbeen wordt uitgevoerd in het ETZ locatie Tweesteden of locatie Elisabeth. Deze app bevat een samenvatting van deze informatie. Achtereenvolgens leest u informatie over de operatie, over wat u zelf kunt doen ter voorbereiding, de opname en de periode na ontslag uit het ziekenhuis.

### Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis



De operatieve en klinische orthopedische zorg binnen het ETZ wordt op dit moment aangeboden op 2 locaties (Elisabeth en TweeSteden-Tilburg).

Voor bezoek aan de polikliniek zijn er 3 locaties (Elisabeth, TweeSteden - Waalwijk en TweeSteden-Tilburg)

Voor u betekent dit dat u mogelijk voor een poliklinisch consult op de ene locatie gezien wordt terwijl de ingreep op een andere locatie wordt uitgevoerd. Wij zorgen er echter voor dat de coördinatie van zorg zo goed mogelijk wordt bewaakt.

## Patiëntenrechten en -plichten



In deze folder vindt u informatie over [Patiëntenrechten en -plichten](#).

## Deel de app



We adviseren u om deze app ook met uw naasten te delen. Op deze manier zijn zij ook direct betrokken bij uw behandeling.

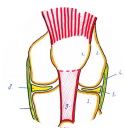
Het gebruik van de app is uiteraard kosteloos. Ze kunnen deze via de App Store downloaden.

## Gebruikt u MijnETZ al?



Hiermee kunt u veilig digitaal meekijken in uw eigen patiëntendossier.

## De Knie



Zie hier plaatje en bijbehorende uitleg onderdelen van de knie.

1. knieschijf
2. bovenbeen
3. scheenbeen
4. kuitbeen
5. meniscus (buitenmeniscus)
6. buitenband
7. binnenband
8. meniscus (binnenmeniscus)
9. knieschijfpees
10. quadriceps

## Meer informatie over: De Knie

Het kniegewricht bestaat uit twee botdelen, het scheenbeen (tibia) en het dijbeen (femur). De uiteinden (die het gewricht vormen) zijn bedekt met een laagje kraakbeen. Deze kraakbeen laag is elastisch en kan schokken en stoten opvangen. Er zijn verschillende afwijkingen die slijtage (artrose) van het kniegewricht kunnen veroorzaken, bijvoorbeeld veroudering, standsafwijking, kraakbeen- en stofwisselingsziekten. Ook een beenbreuk kan kraakbeenbeschadiging geven.

## De standscorrectie oftewel de Tibiakop Osteotomie



Slijtage (artrose) is een aandoening van het gewricht, waarbij de kraakbeenlaag die het gewricht bedekt aangetast wordt en daardoor het onderliggende bot gedeeltelijk bloot komt te liggen. Dit veroorzaakt pijnklachten waardoor verschillende activiteiten in het dagelijkse leven niet of minder goed mogelijk zijn.

## Meer informatie over: Waarom een Tibiakop Osteotomie (HTO)

Het dunner worden van het kraakbeen tussen het scheenbeen en het dijbeen, door artrose of kraakbeen beschadiging, bevindt zich meestal aan de binnenzijde van het kniegewricht. Door het verlies aan kraakbeen aan de binnenzijde gaat de knie naar de andere kant uitwijken, zodat op deze manier een O-been ontstaat. Een X-been ontstaat als het kraakbeenverlies vooral aan de buitenzijde van de knie ontstaat. Als slijtage (artrose) beperkt is tot één kant van het kniegewricht is een correctie van de afwijkende stand een operatie die goede resultaten oplevert. Het inbrengen van een knieprothese kan hierdoor voor lange tijd uitgesteld of zelfs vermeden worden.

## Behandelaars



**De volgende orthopeden kunnen u opereren:**

### Meer informatie over: De Behandelaars

- Dr van den Boom
- Dr van den Brand
- Dr Caron
- Dr van den Broek

## De Zaalarts

Tijdens uw opname wordt er op de doordeweekse dagen visite gelopen door de PA (Physician Assistant) of door een dienstdoende zaalarts. Zij lopen samen met de verpleegkundige die die dag voor u zorgt visite op de afdeling. De vragen over uw behandeling kunt u met hen bespreken. Als u een vraag voor uw behandelend orthopedisch chirurg hebt, kunt u deze aan de PA, zaalarts of uw verpleegkundige doorgeven. Hij / Zij kan dan contact opnemen met uw behandelend specialist.

## Andere medisch specialisten



Tijdens uw verblijf op de afdeling kan de hulp van een andere medisch specialist worden ingeroepen. Wij informeren u hierover.

## Vorbereiding

---

### De planning



**De medewerkers van het planbureau Orthopedie regelen de planning van de opnames.**

## Meer informatie over: De planning

Als u geen voorkeur hebt voor behandeling door een specifieke orthopedisch chirurg is het plannen van de opname over het algemeen gemakkelijker. U komt dan op de algemene wachtlijst. U wordt dan door een van de gespecialiseerde orthopedisch chirurgen geopereerd, geregeld geassisteerd door een orthopedisch chirurg in opleiding.

### Let op:

Als u in de week voor de operatie ergens een wondje of een ontsteking aan het te opereren been heeft, of u bent griepig of verkouden, laat dit dan direct weten aan de polikliniek Orthopedie of het planbureau Orthopedie.

## Orthopedisch chirurg in opleiding



Tijdens de operatie wordt de orthopedisch chirurg geregeld geassisteerd door een orthopedisch chirurg in opleiding, die onder eindverantwoording van de orthopedisch chirurg, een deel van de operatie uitvoert, afhankelijk van zijn of haar vaardigheidsniveau. Sommige orthopedisch chirurgen in opleiding kunnen bepaalde operaties ook zelfstandig uitvoeren, dit gebeurt alleen als het opleidersteam unaniem heeft vastgesteld dat de orthopedisch chirurg in opleiding deze ingreep perfect beheerst.

## Oproep



**Er zijn 2 manieren om een datum door te krijgen voor de operatie.**

### Meer informatie over: Oproep

1. U krijgt gelijk een datum mee van het planbureau na uw afspraak bij de Orthopeed.
2. De medewerker van het planbureau belt u omdat er een wachttijd is. Zij vertelt u ook hoe laat en waar u in het ziekenhuis verwacht wordt.

Een opname wordt altijd onder voorbehoud gepland. Dat wil zeggen dat op het laatste moment de opname niet door kan gaan in verband met b.v. een spoedoperatie. Er wordt dan geprobeerd u zo snel mogelijk opnieuw in te plannen.

De operatie kan plaats vinden in het ETZ locatie Elisabeth of in het ETZ locatie Tweesteden ziekenhuis in Tilburg.

## Behandelaanwijzing



**U wordt binnenkort opgenomen voor een operatie.**

**Wij vragen u over het volgende na te denken:**

***Wil ik alles wat kan?***

### Meer informatie over: Behandelaanwijzing

Voorbeelden van een behandelaanwijzing zijn: niet reanimeren, niet beademen of geen bloedproducten toedienen. In het ETZ heeft iedere patiënt in principe een volledig beleid, maar een behandelaanwijzing

kan van toepassing zijn omdat u dat zelf wilt, of omdat er een medische reden voor is. Tijdens het opnamegesprek zal naar de wensen van uw behandelaanwijzing gevraagd worden. Lees de folder "[Wel of niet reanimeren, wat is úw keuze?](#)" zodat u er over na kan denken en eventueel overleggen met de mensen om u heen.

## Anesthesiespreekuur



**U wordt geopereerd op locatie ETZ Elisabeth of locatie TweeSteden Tilburg. Daarvoor krijgt u een oproep van de polikliniek Anesthesiologie. Afhankelijk van uw gezondheid en wat voor operatie u moet ondergaan kan dit een telefonische afspraak zijn op een fysieke afspraak op het spreekuur van de Anesthesioloog.**

### Meer informatie over: Anesthesiespreekuur

Hier vindt een onderzoek plaats naar uw algemene conditie. Dit in verband met de operatie en de verdoving (ruggenprik of narcose). Het functioneren van uw hart en longen wordt onderzocht. Ook wordt bekeken of er nader onderzoek verricht moet worden door een internist, longarts of cardioloog. Meestal moet u ook bloed laten prikken en vaak wordt er ook een hartfilmpje gemaakt. Een en ander is onder andere afhankelijk van uw leeftijd, uw conditie en uw medische voorgeschiedenis. Als u meer wilt weten over verdoving in het algemeen, kunt u [de folder "Een ingreep onder Anesthesie"](#) lezen.

### Wat is anesthesie?



Anesthesie betekent letterlijk gevoelloosheid. Dit houdt in dat de anesthesioloog er samen met de anesthesiemedewerker voor zorgt dat u de operatie of het onderzoek zonder pijn en op een prettige en veilige wijze doorstaat. Tevens waken zij met behulp van geavanceerde apparatuur tijdens de ingreep continu over uw lichamelijke toestand.

Er zijn verschillende vormen van anesthesie. Grofweg wordt een onderscheid gemaakt in algehele anesthesie (narcose) en regionale anesthesie (verdoving van een gedeelte van het lichaam), bijvoorbeeld een ruggenprik. Bij de keuze voor de ene of de andere techniek wordt onder andere rekening gehouden met uw voorkeuren, met uw gezondheidstoestand en met de aard en duur van de operatie.

### Preoperatieve screening

Ter voorbereiding op de operatie en verdoving bezoekt u de polikliniek Anesthesiologie. Daar beoordelen verpleegkundig specialisten en physician assistants uw gezondheidstoestand en nemen zij zo nodig maatregelen om uw gezondheid te verbeteren. Ook bespreken zij het anesthesiebeleid met u en beantwoorden zij uw vragen over de verdoving.

Soms zal het nodig zijn aanvullend onderzoek te laten doen. Vaak kan dit dezelfde dag nog, in sommige gevallen moet u op een later tijdstip nog een keer terugkomen. Er wordt geprobeerd om afspraken zoveel mogelijk op elkaar af te stemmen.

U kunt u op het bezoek voorbereiden door thuis al na te denken over uw medische voorgeschiedenis, allergieën, operaties en eventuele anesthesieproblemen bij uzelf of in uw familie. Schrijf vragen die u hebt op, zodat u ze niet vergeet te stellen tijdens het gesprek.

Het is belangrijk dat u eventuele medicijnen of een actueel medicijnoverzicht meeneemt, wanneer u de

polikliniek Anesthesiologie bezoekt. Dat geldt ook voor middelen die u zonder recept bij apotheek of drogist of via internet koopt. Voorafgaand aan het gesprek met de verpleegkundig specialist of physician assistant brengt een apothekersassistente uw eventuele medicijngebruik met u in kaart.

## Vormen van verdoving

### Algehele anesthesie

In het geval van algehele anesthesie (ook wel narcose genoemd) bent u tijdens de operatie of het onderzoek geheel buiten bewustzijn. De anesthesioloog brengt u in slaap door toediening van medicijnen via een infuusnaald; het in slaap vallen gaat heel snel. Terwijl u onder narcose bent, bewaken de anesthesioloog en anesthesiemedewerker onder andere uw hartslag, bloeddruk en ademhaling. Afhankelijk van uw gezondheidstoestand en van de zwaarte van de operatie, worden lichaamsfuncties nog uitgebreider bewaakt.

Door het toedienen van medicijnen en infuusvloeistoffen tijdens de operatie wordt uw conditie op peil gehouden en voelt u geen pijn. Tijdens de narcose ademt u door een buisje dat in de luchtpijp of keelholte is ingebracht. Dit buisje wordt ingebracht als u net onder narcose bent en wordt door de anesthesioloog verwijderd wanneer u wakker wordt gemaakt. U merkt weinig of niets van deze handelingen.

### Regionale anesthesie

Er zijn verschillende vormen van regionale anesthesie. Welke vorm bij u wordt toegepast is afhankelijk van de aard en duur van de operatie.

#### 1. Spinale anesthesie

Via een prikje in uw rug wordt een verdovende vloeistof ingebracht die uw onderlichaam voor 2 tot 6 uur verdooft. De pijn van deze 'ruggenprik' is vergelijkbaar met het prikken van een infuus. Omdat de zenuwen naar uw spieren tijdelijk zijn uitgeschakeld, is het vaak niet mogelijk om uw benen te bewegen. Deze verdoving maakt het mogelijk om operaties onder de navel uit te voeren.

#### 2. Epidurale anesthesie

Door middel van een prik in de rug (die vooraf plaatselijk wordt verdoofd) wordt een slangetje in de rug ingebracht. Via dit slangetje, waar u gewoon op kunt liggen, wordt de verdovingsvloeistof toegediend. Deze manier van verdoven wordt toegepast als pijnbestrijding bij bevallingen en bij sommige operaties.

## Wat moet u meenemen naar het ziekenhuis?



**De volgende zaken moet u meenemen naar het ziekenhuis.**

**Meer informatie over: Wat moet u wel en niet meenemen?**

**BENODIGDHEDEN DIE U MEE NAAR HET ZIEKENHUIS MOET BRENGEN**

- elleboogkrukken (eventueel te lenen bij een thuiszorgorganisatie)
- medicijnen in originele verpakking
- makkelijke schoenen
  - voor de dames niet te hoge hak
  - goed ingelopen
- voor de dames: pantykousjes (eventueel)
- leesboek of tijdschriften
- makkelijk zittende kleding
- mobiele telefoon
- **indien van toepassing: de doseringskalender van de Trombosedienst**

## WAT U BESLIST NIET MEE MOET BRENGEN

- veel geld
- pantoffels, slippers, crocs, klompen
- sieraden
- waardevolle papieren, betaalcheques, pasjes of foto's

## Uw gezondheid



**Heeft U koorts of wondjes rond het te opereren gebied ? Neem dan direct contact met de planning op.**

**Heeft u wijzigingen in uw medicijngebruik, geef dit door bij opname.**

## Meer informatie over: Griep prik of (corona) vaccinatie en een operatie

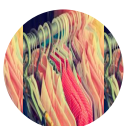
Het krijgen van een griep prik of een vaccinatie voor een operatie is niet schadelijk. Wel wordt een klein deel van de mensen na het krijgen van zo'n prik (licht) ziek. Dat is geen ideaal uitgangspunt voor het ondergaan van een operatie. Hierom adviseren wij om deze niet 2 dagen voor of 2 dagen na de operatie te plannen. Bij een geplande schouderoperatie adviseren wij de prik aan de zijde te laten zetten waar niet geopereerd gaat worden. Uiteraard geldt dat indien u ziek bent of koorts heeft, of dit nu na de griep prik/vaccinatie is of niet, de operatie beter op een ander moment kan plaats vinden.

## Belangrijk: stoppen met bloedverdunnende middelen



**Als u bloedverdunnende middelen gebruikt, kan het zijn dat u hiermee voor de operatie moet stoppen. U wordt hier tijdig over geïnformeerd door de medewerkers van het planbureau orthopedie.**

## Algemene zaken



**Vanaf de dag van de operatie mag u gewone kleren aan.**

## Meer informatie over: Algemene zaken

Zorg ervoor dat u dus eventueel makkelijk zittende kleding meebrengt, die niet knelt en die gemakkelijk

aan te trekken is. Voor de dames zijn pantykousjes of dunne sokjes aan te bevelen, om makkelijk in de schoenen te komen. Zorg dat uw schoenen en sokken niet te strak zitten.

U mag uw eigen mobiele telefoon gebruiken. Heeft u die niet, dan kunt u de telefoon gebruiken die op de afdeling aanwezig is. Deze kan **niet** gedurende de hele opname in uw bezit zijn.

## Check MijnETZ



**Meestal is deze opname op de dagbehandeling en wordt u morgen (dag voor de operatie) gebeld door de dagbehandeling met alle informatie over de operatiedag.**

**Mocht u toch naar de verpleegafdeling gaan, dus één nachtje blijven:  
Check vanaf 14.00 morgenmiddag (dag voor de operatie) Mijn ETZ.**

**Daar vindt u o.a.:**

- **Opnametijd**
- **Opnamedatum**
- **Locatie waar u zich moet melden**

## Nuchter zijn



**Het is erg belangrijk dat u nuchter bent voor de ingreep. Een lege maag voorkomt verslikken tijdens of direct na de operatie en kan voorkomen dat u misselijk bent of gaat braken na de operatie.**

### Meer informatie over: Nuchter zijn

Wij hanteren de zogenaamde 6-2 regel. Dit houdt in dat u tot **6 uur** voor het tijdstip van de opname mag eten en drinken. En dat u tot **2 uur** voor het tijdstip van de opname alleen nog 'lichte dranken' mag drinken. Hiermee bedoelen wij water en (liever nog dan water) heldere suikerhoudende dranken zoals: appelsap, ranja, thee of koffie met suiker (melkproducten zijn niet toegestaan).

Het niet opvolgen van deze 6-2 regel kan uw gezondheid schaden en leiden tot uitstel van operatie of onderzoek. Afhankelijk van uw gezondheid en het soort operatie kan van bovenstaande richtlijnen worden afgeweken. Dit bespreken we met u tijdens uw bezoek op de polikliniek Anesthesiologie. Een slokje water drinken om medicijnen in te nemen is wel toegestaan. Op de polikliniek Anesthesiologie is met u besproken welke medicijnen wel of niet ingenomen mogen worden. Deze informatie vindt u terug op de bezoekerssamenvatting. Tandenpoetsen is geen bezwaar.

Verdere informatie kunt u vinden in de folder : [Als u een ingreep onder anesthesie moet ondergaan.](#)

## Wordt u opgenomen op locatie TweeSteden?



**Meestal is deze opname op de dagbehandeling.**

**Mocht u één nacht moeten blijven en u wordt opgenomen op locatie TweeSteden,**



**dan wordt u opgenomen via de opnamelounge.  
Deze kunt u bereiken via de hoofdingang of via Ingang West (naast het Verbeeten instituut). U volgt dan route 89.**

### **Meer informatie over: Opnamelounge**

U meldt zich aan de balie van de opnamelounge.

Daarna volgt het opname gesprek. De verpleegkundige neemt een aantal vragen met u door en vraagt of u het nuchterbeleid heeft gevolgd. Uw bloeddruk, hartslag, saturatie en temperatuur worden opgemeten en de medicatie wordt doorgenomen.

Na het opnamegesprek gaat de familie / begeleider naar huis en wordt u naar de opnamelounge gebracht.

Daar krijgt u een stoel en een nachtkastje aangewezen. In het nachtkastje kunt u uw spullen opbergen. Neem geen grote koffer, tassen of krukken mee zodat alles in het nachtkastje past. Als u meer spullen nodig heeft kan familie/ begeleider dit later meenemen wanneer zij bij u op bezoek komen.

Mocht u gaan revalideren dan graag een kleine tas bij de opname en de rest van uw spullen mee laten brengen door familie/begeleider na de operatie.

U wacht daar tot u wordt opgeroepen voor de operatie. U krijgt dan van de verpleegkundige een operatiehemd, deze mag u vlak voordat u naar de operatiekamers moet aandoen. Vervolgens wordt u met bed naar de operatiekamer gebracht.

Na uw operatie wordt u naar de verpleegafdeling gebracht. Uw nachtkastje met uw spullen wordt daar ook heen gebracht.

## **Opname**

---

### **Dag van opname**



**Voor veel patiënten geldt dat de opnamedag de operatiedag is.**

### **Meer informatie over: Dag van opname**

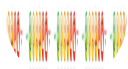
De opnamedag is de operatiedag is. In sommige gevallen vindt de opname een dag eerder plaats om bijvoorbeeld speciale voorbereidingen te kunnen treffen of omdat de thuissituatie een opname op de dag van de operatie niet toelaat. (vervoer, reisafstand, te veel zorg 's morgens vroeg, etc.)

Als u op de dag van de operatie wordt opgenomen, kunt u verwacht worden vanaf 06.30 uur. U krijgt de exacte informatie van het planbureau Orthopedie.

- De verpleegkundige informeert u over de gang van zaken op de verpleegafdeling.
- **Brengt u vooral uw medicijnen mee in de originele verpakking.**
- **U moet uw krukken meenemen.** De fysiotherapeut stelt die op de juiste hoogte af op het moment dat u er gebruik van gaat maken.

Als u aan de beurt bent voor de operatie wordt u door een verpleegkundige met uw bed naar het OK-complex gebracht. Daar wordt u opgevangen door een anesthesiemedewerker die u begeleidt naar de voorbereidingsruimte. U krijgt daar een infuus en de afgesproken preoperatieve pijnbestrijding. Hierna wordt u naar de operatiekamer gereden. Tijdens de operatie is er een anesthesieverpleegkundige die bij u blijft gedurende de hele operatie. Na de operatie gaat u naar de Verkoever (uitslaapkamer). Daar wordt u door de verkoeververpleegkundige in de gaten gehouden. Zodra de anesthesioloog toestemming geeft, wordt de afdeling gebeld en wordt u teruggebracht naar uw kamer.

## Omgaan met pijn



Pijn speelt een belangrijke rol bij een operatie. Pijn is een ingewikkeld verschijnsel. Er zitten zowel lichamelijke als emotionele en sociale kanten aan. De beleving van pijn en de hevigheid van pijn is afhankelijk van meerdere factoren. Het is belangrijk dat wij rekening houden met alle factoren die invloed hebben op uw pijn. Op die manier kunnen wij u de pijnbehandeling geven die het beste bij u past.

### Bij opname

De verpleegkundige legt aan u uit:

- Hoe pijn meten verloopt
- Methode van pijnbestrijding

Ook stopt hij of zij uw huidige pijnmedicatie van thuis. Een uitzondering daarop zijn de medicijnen, voorgeschreven door de reumatoloog en morfine-preparaten. In dat geval overlegt de verpleegkundige met de orthopedisch chirurg, die op zijn/haar beurt weer kan overleggen met de arts die genoemde medicijnen heeft voorgeschreven.

### Het meten van pijn

Zowel op de dag van de operatie als de dagen daarna, zullen wij uw pijn meten. Dat gebeurt door middel van een zogenaamd pijnmeetlatje. Op bovenstaande foto staat een lijn met aan de ene kant de tekst: geen pijn en aan de andere kant: heel veel pijn. Wij vragen u op deze lijn aan te geven hoeveel pijn u heeft. Aan de hand daarvan kan de verpleegkundige of arts uw pijnmedicatie bepalen of aanpassen.

## De operatie



**Door het open spouwen van het onderbeen (vlak onder de knie), verandert de stand van het been.**

**Uitleg onderdelen plaatje:**

- 1. knieschijf**
- 2. bovenbeen**
- 3. scheenbeen**
- 4. kuitbeen**
- 5. wig in scheenbeen**

## 6. plaat en schroeven

### Meer informatie over: De operatie

Nadat het onderbeen open is gespouwd wordt dit gefixeerd door een plaatje met schroeven. (van RVS of titanium). Op de operatiekamer krijgt u na de operatie een groot wattendrukverband om de wond zoveel mogelijk rust te geven. Soms is er bot nodig vanuit de bekkenkam om de spouw te versterken.

### Na de operatie



**Als de pijn het toelaat mag u mobiliseren met krukken. De verpleegkundige van de afdeling komt regelmatig kijken hoe het met u gaat en meet de bloeddruk op. Afhankelijk van de pijn krijgt u pijnstillers. De orthopedisch chirurg komt aan het einde van de dag langs om te vertellen hoe de operatie gegaan is.**

### Meer informatie over: Na de operatie

De dag van en na de operatie komt de fysiotherapeut bij u langs. Deze geeft u instructies. Als het gevoel na de operatie terug is, mag u regelmatig oefenen door uw tenen naar uw neus te trekken. Dit is voor een goede doorbloeding van de spieren van uw onderbeen. Meestal blijft u 2 dagen in het ziekenhuis, de dag van operatie meegerekend. De dag na de operatie gaat het grote verband van uw knie. Vervolgens start u met een aantal oefeningen, zoals het strekken en buigen van de knie en het gestrekt heffen van het been. De fysiotherapeut begeleidt u hierbij. Hwet lopen is de eerste 6 weken met krukken. Er mag aantappend belast met krukken worden gelopen. De fysiotherapeut legt u dit uit. Er wordt de dag van of de dag na de operatie een röntgenfoto gemaakt ter controle van de stand van het been en de positie van de plaat en schroeven.

### Pijnmedicatie

Om de pijn na de operatie te behandelen en controleerbaar te houden wordt er gebruik gemaakt van een pijnprotocol, maar natuurlijk wordt er ook naar u als individuele patiënt gekeken. Het belangrijkste is dat u mogelijke pijn goed aangeeft. Als u voor bepaalde medicijnen allergisch (overgevoelig) bent, wilt u dit dan goed aangeven op de verpleegafdeling, zodat de pijnmedicatie kan worden aangepast?

### Voorkomen van trombose

Om trombose te voorkomen start u op de dag van de operatie met Nadroparine en dit blijft u, afhankelijk of en welke bloedverdunners u gebruikt, gedurende 4 weken iedere dag gebruiken. Wij leren u zichzelf de kleine injecties in de buik te geven. Er hoeft geen bloedcontrole door de trombosedienst plaats te vinden, ook niet als u met de Nadroparine stopt. Op de dag van het ontslag krijgt u het recept mee naar huis en kunt u de Nadroparine bij uw eigen apotheek halen of bij de apotheek in het ziekenhuis waar u bent opgenomen.

Gebruikt u van thuis uit Acenocoumarol of Marcoumar, dan start dat de dag na de operatie weer op. U stopt dan met de Nadroparine als de Acenocoumarol of Marcoumar weer goed is ingesteld. Dan volgen wel weer de controles van de trombosedienst, zoals u dat gewend bent. Wilt u de doseringskalender van de Trombosedienst meebrengen?

## Naar huis



**Als u naar huis mag wordt met u een ontslaggesprek gehouden.**

### Meer informatie over: Ontslaggesprek

Op de dag van ontslag krijgt u van de verpleegkundige:

- uw ontslagpapieren
- een recept voor de pijnstilling, deze kunt u bij uw eigen apotheek halen
- een controle-afspraak met een röntgenfoto, of deze wordt nagestuurd
- een verwijzing voor fysiotherapie.

### Bij wie kunt u terecht met vragen en problemen?



Om u ook nog van dienst te kunnen zijn als u het ziekenhuis heeft verlaten, geven we hieronder aan in welke situatie, u waar, terecht kunt.

### ETZ Elisabeth



Om u ook nog van dienst te kunnen zijn als u het ziekenhuis heeft verlaten, geven we hieronder aan in welke situatie, u waar, terecht kunt.

#### Vraag of probleem die samenhangt met de operatie binnen kantooruren:

- U kunt bellen met de Orthopedisch Verpleegkundige van 8.00 uur tot 15.15 uur op nummer **013-2216603**.
- Maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag.

#### Urgente vraag die samenhangt met de operatie buiten kantooruren:

(vragen die niet kunnen wachten tot de volgende dag)

- U kunt bellen met de Spoedeisende hulp van ETZ Elisabeth, op nummer: **013-2218010**

Heeft u een vraag over medicijnen of de zorg die u zou krijgen van de thuiszorg, **op de dag van ontslag**, neem dan contact op met de verpleegafdeling van het ETZ Elisabeth:

**013-2212352**

### ETZ Tweesteden



Om u ook nog van dienst te kunnen zijn als u het ziekenhuis heeft verlaten, geven we hieronder aan in welke situatie, u waar, terecht kunt.

### **Vraag of probleem die samenhangt met de operatie binnen kantooruren:**

- U kunt bellen met de Orthopedisch Verpleegkundige van 8.00 uur tot 15.15 uur op nummer **013-2217407**
- Maandag, dinsdag, woensdag en donderdag.

### **Urgente vraag die samenhangt met de operatie buiten kantooruren:**

(vragen die niet kunnen wachten tot de volgende dag)

- U kunt bellen met de Spoedeisende hulp van Locatie ETZ Elisabeth, op nummer: **013-2218010**

Heeft u een vraag over medicijnen of de zorg die u zou krijgen van de thuiszorg, **op de dag van ontslag**, neem dan contact op met de verpleegafdeling waar u gelegen heeft in het ETZ TweeSteden:

**013-2215516 of 013-2215362**

### **Hoe lang met krukken lopen?**

Minimaal 6 weken, tot de poliklinische controle na de operatie.



### **Apotheek**



**Iedereen die in het ziekenhuis is geweest en een recept heeft gekregen, kan zowel bij de apotheek van het ziekenhuis als bij zijn eigen apotheek zijn medicijnen ophalen.**

#### **Meer informatie over: Apotheek**

Doordat deze apotheek gekoppeld is met veel andere apotheken in de regio, kunnen ze hier via een computerkoppeling direct uw medicijngebruik bekijken en het recept dat u aanbiedt verwerken met de actuele gegevens, die door uw eigen computer in de apotheek bewaard worden.

Als u niet bent ingeschreven in een van deze apotheken, kunt u toch hier terecht. Ze beschikken dan echter niet over uw gegevens. **U heeft dan altijd een inschrijvingsbewijs nodig van de zorgverzekeraar.**

Ook kunnen ze dan niet direct nagaan of uw nieuwe medicijnen wel bij uw bestaande medicatie passen. Om uw medicijngebruik zo compleet mogelijk te houden, faxen ze het aangeboden recept, na uw toestemming, door naar uw eigen apotheek. Deze is daardoor ook op de hoogte van het aangeboden recept.

**Dus: Een patiëntenpasje van het ziekenhuis wordt niet geaccepteerd, wel uw inschrijvingsbewijs van de zorgverzekeraar. Ook moet u uw BSN nummer kunnen overleggen aan de apothekersassistenten. Dan kunnen zij u beter van dienst zijn.**

Apotheek ETZ locatie Elisabeth is geopend:

- Maandag tot en met vrijdag: 8.30-17.30 uur
- Zaterdag: 10.00-13.00 uur
- Zon- en feestdagen: gesloten

Telefoon: 013 - 221 57 88

Mail: [apothek@etz.nl](mailto:apothek@etz.nl)

## Na de opname

---

### Wondzorg



**Hier onder volgen de instructies over de wondzorg.**

### Meer informatie over: Wondzorg

Wondzorg

- De witte pleister op uw wond mag maximaal 3 dagen blijven zitten.
- Als de wond nog lekt moet u de pleister dagelijks vervangen.
- Witte pleisters zijn verkrijgbaar bij de apotheek of drogist.
- Als de wond droog is hoeft er geen witte pleister meer op en mag u douchen zonder pleister. Wel moet u opletten dat de wond niet week wordt.
- Bij het afdrogen moet u de wond droogdeppen.
- De wond is gehecht met oplosbare hechtingen. Als er een ander soort hechting gebruikt is word u dat verteld.

### Adviezen voor thuis

In sommige gevallen kan de knie, wond en onderbeen nog een tijdje gezwollen blijven, dit gaat vaak vanzelf over. Als uw pijnklachten heeft welke niet reageren op Paracetamol of als er bijzonderheden zijn waar u zich zorgen over maakt neem dan contact op met de polikliniek Orthopedie.

### Werk

Afhankelijk van uw werk gedurende de eerste 2 weken na de operatie wordt geadviseerd om nog niet te werken en/of te sporten. Zittend werk kan vaak al na enkele weken worden hervat. Op geleide van de klachten en het wel of niet optreden van zwelling kunnen de dagelijkse activiteiten vervolgens verder worden uitgebreid.

## Complicaties



**De kans op complicaties na een Tibiakop Osteotomie is klein. Toch zijn er, zoals bij iedere operatie, risico's die u moet overwegen voordat u zich laat opereren.**

### Meer informatie over: Complicaties na de operatie

- Sommige patiënten hebben last van een doof gevoel naast het litteken. Dit kan langere tijd het geval zijn. Af en toe wordt de knie stijf en kan niet goed gebogen of gestrekt worden.
- Botdelen groeien te langzaam vast. Dit is ook de reden dat u niet mag roken voor en na de operatie.
- Krachtsverlies in de teen/voetheffers.
- Gevoelstoornis in de voorvoet.

In de volgende gevallen moet u direct contact opnemen met de polikliniek Orthopedie waar u onder behandeling bent:

- Als de wond plotseling hevig gaat bloeden, pijnlijk en/of gezwollen wordt. U kunt dan een nabloeding hebben.
- Als de wond rood, dik, warm of pijnlijk wordt. U kunt dan een infectie hebben.
- Als uw knie of onderbeen dik of rood wordt en/of meer pijn gaat doen, dit zou kunnen wijzen op een trombosebeen.
- Als u temperatuursverhoging krijgt en u zich niet lekker voelt.

Alle mogelijke maatregelen worden getroffen om de kans op complicaties zo klein mogelijk te maken.

## Fysiotherapie en leefregels



**Als u met ontslag gaat naar huis kunt u uw eigen fysiotherapeut kiezen. U krijgt in het ziekenhuis ook al oefeningen van de fysiotherapeut die u thuis door kan oefenen zoals het strekken en buigen van de knie en het gestrekt heffen van het been. U gaat onder leiding van fysiotherapie lopen met twee krukken. Het lopen is de eerste 6 weken met 2 krukken. Er mag aantippend belast met krukken worden gelopen. De fysiotherapeut legt u dit uit. Als u gaat revalideren in het verpleeghuis krijgt u daar een fysiotherapeut.**

### Meer informatie over: Leefregels en adviezen

#### Liggen in bed

- U mag in bed op uw rug en op uw beide zijdes liggen.
- Til het been niet gestrekt op van het bed.
- U mag aan beide kanten in en uit bed.
- Probeer niet de gehele nacht op een kant te liggen, de spieren worden dan stijf en het strekken gaat moeilijker.

#### Zitten op een stoel

- Het is raadzaam om tot twee maanden na de operatie op een hoge stoel met armleuningen te gaan zitten. Zorg ook dat u op een stoel gaat zitten die niet weg kan schuiven.
- Zorg dat u met beide benen tegen de stoel aan staat.
- Zet de voet van uw geopereerde been naar voren.

- Pak met beide handen de leuning van uw stoel vast.
- Ga voorzichtig in de stoel zitten.

### **Lopen met een looprek**

- De fysiotherapeut leert u lopen met een looprek.
- Zorg dat het looprek op de juiste hoogte staat, de fysiotherapeut stelt deze voor u af.
- Zet het rekje een stukje voor uit.
- Zet uw geopereerde been een stap in het rekje.
- Zet uw goede been bij.
- Zet het rekje weer vooruit.
- Zet uw geopereerde been een stap in het rekje.
- Zet uw goede been bij en zo verder.

### **Lopen met twee krukken**

- De fysiotherapeut leert u lopen met 2 krukken.
- Zorg dat de krukken op de juiste hoogte staan. De fysiotherapeut stelt deze voor u af.
- Zet uw geopereerde been tussen de krukken.
- Zet uw goede been daar voorbij.
- Zet uw krukken weer vooruit.
- Zet uw geopereerde been weer tussen de krukken.
- Zet uw goede been daar weer voorbij en zo verder.
- Draaien doet u bij voorkeur om uw niet-geopereerde been.
- Tijdens het draaien doet u hetzelfde als tijdens het lopen, maar zorg dat u kleine pasjes maakt.

### **Traplopen**

De fysiotherapeut oefent met u in het ziekenhuis (voor u met ontslag gaat) hoe u de trap op en af moet lopen.

#### **Trap op**

- Een hand aan de leuning, in de andere hand de kruk.
- Uw goede been eerst omhoog zetten.
- De kruk en uw geopereerde been bijzetten.

#### **Trap af**

- Plaats de kruk naar beneden.
- Geopereerd been eerst naar beneden.
- Goed been bijplaatsen.
- LET OP! Zet uw kruk tegen de trede aan zodat hij niet van de trap af kan schuiven.

### **Leefregels:**

- Indien utrombosespuitjes gebruikt, gebruikt u deze gedurende 4 weken.
- 6-8 weken na de operatie komt u op controle, een halfuur voorafgaand aan deze controle afspraak moet u een foto laten maken.
- De eerste 6-8 weken loopt u met 2 krukken, tijdens de controle-afspraak bespreekt u met de orthopedisch chirurg de uitbreiding van activiteiten.

### **Autorijden**



Het wordt afgeraden tot de poliklinische controle na 6-8 weken zelf auto te rijden. Meerijden mag wel.

## Instappen

- Laat de auto  $\pm$  1 meter van de stoeprand parkeren zodat u geen last heeft van de trottoirband.
- Laat een stevig kussen op de bijrijder stoel van de auto leggen.
- Leg hierover een plastic zak, zodat het goed schuift als u op de zitting draait.
- Zet de stoel zo ver mogelijk naar achteren.
- Laat de rugleuning achterover klappen. Ga met de rug naar de instap toe staan, dus met de benen tegen de auto aan.
- Zet uw geopereerde been naar voren en houdt u stevig vast aan degene die u helpt. De helper kan u onder de oksels steunen.
- Laat u voorzichtig zakken op de stoel.
- Eventueel kunt u het raam open draaien en u dan aan de deur vasthouden.
- Draai eerst beide benen zo dicht mogelijk naar de auto toe voordat u ze er één voor één in tilt. Houdt u hierbij de knieën zo dicht mogelijk bij elkaar.
- Het geopereerde been tilt u half liggend naar binnen. Hiermee voorkomt u dat u de knie te ver moet buigen!
- U zit nu geheel in de auto. Ga rechtop zitten en laat de rugleuning rechtop zetten.
- Bij het uitstappen handelt u in omgekeerde volgorde

Voor [ouderen en kwetsbare patiënten](#) is er ook nog een algemene aanvullende folder over het ontslag.

## Andere hulpmiddelen



Om uw zelfstandigheid te vergroten of om uw veiligheid te vergroten zijn er een aantal hulpmiddelen te koop of te leen bij de Thuiszorgwinkel of bij de Verpleegkundig Zorgcoördinator Orthopedie. Dit zijn:

**Krukken** (lenen of huren) Thuiszorgwinkel (bij lidmaatschap Thebe gratis) Er zijn meer mogelijkheden om krukken te huren b.v. bij Welzorg, Wilhelminapark en Piushaven

**De Helping Hand** (kopen) Thuiszorgwinkel of Blokker, Action

**Een kousenaantrekker** (kopen) Thuiszorgwinkel of Blokker

**Aankleedstokjes** (kopen) Deze kunt u kopen bij de Orthopedisch Verpleegkundige. Kosten 14 euro per paar.

**Een toiletverhoger** (lenen of huren, ook een tweede lenen is mogelijk tegen geringe vergoeding) Thuiszorgwinkel

**Klossen** (lenen of huren) Thuiszorgwinkel

**Een “krukkenkikker”** (kopen) Thuiszorgwinkel

**Beugels voor aan de muur van het toilet of de badkamer** (kopen)Thuiszorgwinkel of doe-het-zelf zaak of Blokker, Action etc.

**Urinaal** (kopen) : Thuiszorgwinkel

De meeste van deze artikelen worden uitgelegd tijdens de informatiebijeenkomst.

## Voorbeelden van loophulpmiddelen



Uw behandelend team geeft er de voorkeur aan u met krukken te leren lopen. Daarmee loopt u rechtop en is het mogelijk zelfstandig trappen te lopen. Als u voor de operatie zonder hulpmiddel loopt dan zou dit moeten kunnen.

Wellicht loopt u voor de operatie al met een ander loophulpmiddel, zoals een rekje of rollator. Dan mag u daar na de operatie mee gaan mobiliseren, u bent daar ten slotte aan gewend. Brengt u dit gerust mee op de dag van opname, zodat u die dag ook nog mobiel bent.

Loopt u voor de operatie zonder hulpmiddel maar heeft u zelf de voorkeur om met een rollator te gaan lopen omdat een rollator u meer vertrouwen geeft dan mag dat natuurlijk. Mocht blijken dat om redenen het lopen met krukken voor u niet geschikt is, dan wordt er een ander loophulpmiddel ingezet.

Als u voor de opname met een kruk of stok wilt gaan lopen om de pijn wat te verminderen en uzelf wat meer stabiliteit te geven, gebruikt u dan de kruk of stok aan uw “goede” kant. Dus aan de kant die niet geopereerd wordt.

Dit geldt ook voor de periode dat u de krukken af mag gaan bouwen, na de eerste 6-8 weken na de operatie.

Als u krukken gaat lenen of kopen, let er dan op dat de ringen (zie plaatje) bijna dicht zijn, zodat de kruk niet van uw arm afvalt als u de kruk loslaat.

Voor mensen met polsklachten (zoals bij b.v. reuma) zijn er de zogenaamde tricepskrukken (schaalkrukken) te leen, waarbij de onderarm op een soort schelp ligt. U steunt dan niet op uw pols, maar op uw onderarm.

In praktische zin zou een rollator handig zijn om binnenshuis mee te mobiliseren. Een rollator heeft vaak een plateautje/dienblad waar u bijvoorbeeld een kop koffie of uw gesmeerde boterham op kunt zetten en mee kunt nemen naar de tafel. Mocht u daar in huis natuurlijk ook de ruimte voor hebben, omdat een rollator net wat meer ruimte in beslag neemt. Deze zijn te verkrijgen bij een thuiszorgwinkel bij u in de buurt (bijvoorbeeld Medipoint). Hierboven ziet u een voorbeeld van een rekje, een rollator en krukken.

## Andere hulpmiddelen



Om uw zelfstandigheid te vergroten of om uw veiligheid te vergroten zijn er een aantal hulpmiddelen te koop of te leen bij de Thuiszorgwinkel of bij de Verpleegkundig Zorgcoördinator Orthopedie. Dit zijn:

**Krukken** (lenen of huren) :Thuiszorgwinkel (bij lidmaatschap Thebe gratis) Er zijn meer mogelijkheden om krukken te huren b.v. bij Welzorg, Wilhelminapark en Piushaven

**De Helping Hand** (kopen) :Thuiszorgwinkel of Blokker, Action

**Een kousenaantrekker** (kopen) :Thuiszorgwinkel of Blokker

**Aankleedstokjes** (kopen): Deze kunt u kopen bij de Orthopedisch Verpleegkundige. Kosten 14 euro per paar.

**Een toiletverhoger** (lenen of huren, ook een tweede lenen is mogelijk tegen geringe vergoeding): Thuiszorgwinkel

**Klossen** (lenen of huren) :Thuiszorgwinkel

**Een “krukkenkikker”** (kopen): Thuiszorgwinkel

**Beugels voor aan de muur van het toilet of de badkamer** (kopen)Thuiszorgwinkel of doe-het-zelf zaak of Blokker, Action etc.

**Urinaal** (kopen) : Thuiszorgwinkel

De meeste van deze artikelen worden uitgelegd tijdens de informatiebijeenkomst.

## Vragenlijst



Omdat wij graag op de hoogte zijn van uw bevindingen met betrekking tot de app, willen wij u vragen de vragenlijst in te vullen.

## Controlebezoek



**Ongeveer 6-8 weken na de operatie komt u terug bij de orthopedisch chirurg die u heeft geopereerd of bij de AIOS (arts in opleiding tot specialist) / ANIOS (arts niet in opleiding tot specialist) die bij de operatie aanwezig was. Vooraf aan het bezoek wordt een röntgenfoto gemaakt.**

### **Meer informatie over: Controlebezoek**

U meldt zich op de polikliniek, kijk goed op welke locatie u moet zijn.

De Orthopedisch chirurg of de AIOS (arts in opleiding tot specialist) / ANIOS (arts niet in opleiding tot specialist) bespreekt hoe het met u gaat sinds de operatie.

### **Tot slot**



**Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u deze stellen aan uw orthopeed.**