

*franciscus*

**AANDOENINGEN VAN DE ENKEL**

---

# Inhoudsopgave

<b>Algemeen</b> .....	<b>3</b>
Doel van de operatie .....	3
Soorten operaties.....	3
Kijkoperatie van de enkel.....	3
Enkelbandplastiek.....	3
Vastzetten van het bovenste enkelgewricht.....	4
Vastzetten van het onderste enkelgewricht .....	4
Enkelprothese.....	5
<b>Vorbereiding op de operatie</b> .....	<b>5</b>
Pre operatieve screening .....	5
Intakeverpleegkundige.....	5
Medicijnen .....	6
Pre operatieve screening .....	6
Thuisituatie.....	6
<b>De opname</b> .....	<b>7</b>
Dag van opname.....	7
Dag van de operatie (nuchterbeleid) .....	8
Vorbereidingen vóór de operatie .....	8
Na de operatie.....	8
Dag 1 na de operatie .....	9
Medicijnen bij ontslag .....	10
<b>Thuis</b> .....	<b>11</b>
Leefregels en adviezen.....	11
Mogelijke klachten na de operatie.....	11
Controle .....	11
<b>Overige informatie</b> .....	<b>12</b>
Vervoer .....	12
Bezoektijden .....	12
<b>Overzicht operatieve ingrepen</b> .....	<b>13</b>

## **Algemeen**

Binnenkort wordt u opgenomen in Franciscus Vlietland. U wordt geopereerd aan een aandoening van de enkel. In deze folder worden kort verschillende operaties van de enkel beschreven. Welke voor u geldt, hoort u van uw behandelend arts.

## **Doel van de operatie**

Het doel van de operatie is in belangrijke mate het weghalen van de pijn. Bij enkelbandoperaties is de belangrijkste reden: zorgen dat de enkel niet meer instabiel is.

## **Soorten operaties**

Uw enkelproblemen kunnen opgelost worden via een operatie.

Er zijn 4 soorten operaties:

- Een kijkoperatie van de enkel
- Enkelbandplastiek
- Uw enkelgewricht wordt vastgezet
- U krijgt een enkelprothese

### Kijkoperatie van de enkel

Door middel van een kijkoperatie wordt de toestand van uw enkelgewricht gecontroleerd. Vaak worden losse kraakbeenstukjes of botuitsteeksels weggehaald. Het doel van deze operatie is het verminderen van uw pijn, het verbeteren van uw enkelfunctie en/of het wegnemen van de irritatie aan uw pees.

U wordt opgenomen op de afdeling Dagbehandeling. Dit betekent dat u 's ochtends naar het ziekenhuis komt en dezelfde dag weer naar huis mag. Uw voet moet u na de operatie hoog houden, om zwelling tegen te gaan. Na de operatie loopt u met 2 krukken. De geopereerde voet mag worden belast, mits u de pijn kunt verdragen.

### Enkelbandplastiek

Zwikt u vaak door uw enkel? Dan wordt tijdens de operatie uw enkelband vervangen. Dit kan onder andere gebeuren door een nieuwe enkelband te maken van pees of van een kunstligament. Dit betekent dat een van uw eigen pezen of een kunstband op de plek van de enkelband wordt gezet. Deze werkt dus voortaan als een enkelband.

U verblijft ongeveer 2 dagen in het ziekenhuis, waarbij u gips krijgt. Uw voet moet u na de operatie hoog houden, om zwelling tegen te gaan. De dag na de operatie wordt een röntgenfoto gemaakt en start u met onbelast lopen met krukken. De fysiotherapeut ondersteunt u hierbij.

#### Vastzetten van het bovenste enkelgewricht

Is uw bovenste enkelgewricht, tussen sprongbeen en scheenbeen, versleten? Dan zet uw arts tijdens een operatie uw bovenste en/of onderste enkelgewricht vast. Het doel hiervan is uw pijn verminderen en/of uw enkel stabiel maken.

Uw ziekenhuisopname duurt ongeveer 4 dagen. De eerste 3 dagen houdt u bedrust om de enkel rust te geven. Uw voet moet hoog blijven liggen. De dag na de operatie wordt een röntgenfoto gemaakt. Na een aantal dagen wordt gips geplaatst om uw onderbeen. Daarna oefent u het lopen met behulp van krukken. De fysiotherapeut ondersteunt u hierbij.

In totaal mag u 4 weken niet belasten. Nadien volgt een periode waarin u mag belasten op gips van nog eens 4 weken.

#### Vastzetten van het onderste enkelgewricht

Bij een versleten, beschadigd of scheef onderste enkelgewricht, tussen hielbeen en sprongbeen, kan deze ook worden vastgezet. Hiermee wordt de pijn weggenomen en/of de stand verbeterd.

Uw ziekenhuis opname duurt ongeveer 2 dagen. Uw voet moet hoog blijven liggen. De dag na de operatie wordt een röntgenfoto gemaakt.

Na een dag wordt gips geplaatst om uw onderbeen. Daarna oefent u het lopen met behulp van krukken. De fysiotherapeut ondersteunt u hierbij.

In totaal mag u 6 weken niet belasten. Daarna volgt een periode waarin u mag belasten op gips van nog eens minimaal 6 weken

## **Enkelprothese**

Is uw bovenste enkelgewricht, tussen sprongbeen en scheenbeen, versleten? Dan kan uw arts, mits de enkel zich hiervoor leent, een enkelprothese plaatsen. Bij forse standsafwijkingen of het nog moeten verrichten van (middel) zware inspanningen is dit vaak niet de eerste keuze. Het doel hiervan is om uw pijn te verminderen en de beweeglijkheid te behouden.

Uw ziekenhuisopname duurt ongeveer 4 dagen. De eerste 3 dagen houdt u bedrust om de enkel rust te geven. Uw voet moet hoog blijven liggen. De dag na de operatie wordt een röntgenfoto gemaakt.

Na een aantal dagen wordt gips geplaatst om uw onderbeen. Daarna oefent u het lopen met behulp van krukken. De fysiotherapeut ondersteunt u hierbij. In totaal mag u 4 weken niet belasten. Nadien volgt een periode waarin u mag belasten op gips van nog eens 4 weken.

## **Vorbereiding op de operatie**

### **Pre operatieve screening**

In de dagen of weken voor uw opname meldt u zich bij de pre operatieve screening van Franciscus. Hier wordt u gezien door de intakeverpleegkundige, de apothekersassistent, en de anesthesioloog.

### **Intakeverpleegkundige**

De intakeverpleegkundige neemt een vragenlijst, een zogenaamd verpleegkundige anamnese met u door. U beantwoordt vragen over onder andere uw gezondheidstoestand en thuissituatie. Als u 70 jaar of ouder bent, dan worden uw voedingstoestand, risico op een delier (tijdelijke verwardheid met een lichamelijke oorzaak), fysieke beperkingen en valrisico in kaart gebracht.

## **Medicijnen**

De apothekersassistent neemt het medicijngebruik met u door. Belangrijk is dat u altijd een recente medicatielijst of uw medicatie in de originele verpakking bij u heeft. U haalt deze medicatielijst op bij de apotheek waar u bent aangesloten. Na het bezoek aan de anesthesioloog krijgt u een brief mee. Hierin leest u met welke medicatie u moet stoppen en met welke medicatie u mag doorgaan in de periode rond de operatie.

## **Pre operatieve screening**

Op de polikliniek Pre operatieve screening (POS) krijgt u alle informatie die van belang is voor uw operatie. Er is aandacht voor de voorbereiding, de soort narcose of verdoving en pijnbestrijding. Daarnaast bekijkt de anesthesioloog of u gezond genoeg bent om een operatie te ondergaan. U wordt lichamelijk onderzocht, soms is urine- of bloedonderzoek nodig en een ECG (hartfilm) of een hart-longfoto. De anesthesioloog bepaalt samen met u welke medicatie u voor de operatie inneemt en waarmee u moet stoppen.

### Wat neemt u mee naar de Pre operatieve screening?

- Uw afsprakenkaart;
- Een actuele medicijnlijst van uw eigen apotheek;
- Ingevulde vragenlijst.

De Pre operatieve screening van Franciscus is van maandag tot en met vrijdag bereikbaar tussen 8.00 en 16.30 uur.

## **Thuisituatie**

Wanneer u geopereerd bent, bent u lange tijd beperkt. Dit wordt vaak onderschat. U kunt in die tijd minder bewegen. Van belang is dat u alvast nadenkt over uw situatie thuis na de operatie. Wie kan u eventueel helpen?

## **De opname**

U wordt opgenomen op de afdeling Opnamelounge, dit is een verlengde van de afdeling Orthopedie, zie opnamekaart Opnamelounge voor de procedure. Dit deel van de folder geeft u duidelijkheid over wat u kunt verwachten tijdens de opname. Dit is een algemene richtlijn. In overleg met uw arts is het mogelijk dat er van deze richtlijn wordt afgeweken.

## **Dag van opname**

- U wordt de dag vóór de operatie tussen 14.00 en 15.00 uur gebeld door een verpleegkundige van de afdeling Opnamelounge. Zij laat u weten hoe laat u op de dag van operatie op de afdeling aanwezig moet zijn;
- Op de afdeling wordt gevraagd naar eventuele veranderingen sinds het opnamegesprek;
- U wordt verzocht de afdeling niet te verlaten.

## Wat neemt u mee als u wordt opgenomen?

- Deze folder;
- Krukken of een ander hulpmiddel zoals dit met u is afgesproken door de fysiotherapeut.
- Ingevuld wijzigingsformulier dat u bij het Preoperatieve spreekuur heeft ontvangen.

Neem zo min mogelijk bagage mee naar het ziekenhuis.

- Laat waardevolle spullen thuis, uw bagage laat u op eigen risico achter.
- Uw eigen medicijnen in originelen verpakking; neem deze na de operatie niet zelf in, alleen in overleg met de verpleegkundige.
- Neem één tas mee in plaats van meerdere losse tasje.
- De kleding die u uitdoet voor de operatie, moet in uw tas passen. Reserveer daarom extra ruimte in uw tas.
- Direct na de operatie is het handig meteen te kunnen beschikken over een schoon shirt, ondergoed en toiletspullen. Denk ook aan belangrijke hulpmiddelen, zoals uw bril, lenzen, gehoorapparaat, tandprotheses en krukken. Overige bagage kan door uw bezoek worden meegenomen tijdens het bezoekuur.

## **Dag van de operatie (nuchterbeleid)**

Op de dag van uw operatie gelden de volgende regels:

- Opname vóór 12.00 uur 's morgens:
- Dan mag u niet meer eten na 24.00 uur 's nachts.
- Opname na 12.00 uur 's morgens:  
Dan mag u om 6.00 uur 's morgens 2 beschuitjes of witte boterhammen met jam of suiker en dun boter, een glas melk, thee of koffie met suiker is toegestaan (koffie met melk is niet toegestaan).
- Tot 2 uur vóór de opname mag u enkel water of thee drinken **zonder** suiker of melk;
- U mag niet roken tijdens de 6 uur voor opname.

**Het niet opvolgen van deze voorschriften kan betekenen dat uw operatie niet doorgaat!**

## **Vorbereidingen vóór de operatie**

- Een eventueel kunstgebit of plaatje, bril, contactlenzen, piercings, oorbellen en sieraden moet u voor de operatie verwijderen. We raden u aan kostbare spullen thuis te laten;
- U zorgt dat u gedoucht bent en geen lotions, parfums, make-up en dergelijke gebruikt;
- Ruim voor u opgeroepen wordt voor de operatie moet u zich uitkleden en krijgt u een operatiejasje aan, zodat u op tijd klaar bent;
- Vervolgens wordt u naar de voorbereidingskamer gebracht, waar een infuus ingebracht wordt en u uw anesthesie krijgt.

## **Na de operatie**

- Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer. Daar worden uw bloeddruk en andere functies regelmatig gecontroleerd;
- U heeft een infuus; deze wordt afgekoppeld als u heeft geplast.
- Als u terug bent op de afdeling worden regelmatig diverse controles uitgevoerd om uw lichamelijke toestand in de gaten te houden;
- De voet wordt hoog gelegd;
- De verpleegkundige of uzelf belt de eerste contactpersoon die door u is opgegeven om door te geven dat u op de afdeling terug bent. De verpleegkundige geeft geen



medische gegevens door. Bezoek mag pas tijdens de bezoeken langskomen;

- Het is belangrijk dat u tijdig en regelmatig aangeeft hoe u zich voelt en of u pijn heeft. Standaard krijgt u 4 keer per dag medicatie tegen de pijn. Als u ondanks deze medicatie nog veel pijn heeft, krijgt u extra medicatie toegediend. Geef pijnklachten op tijd aan, omdat deze dan adequater te bestrijden zijn. Het doel is u zo pijnvrij mogelijk te houden. Als u te lang wacht met vragen, duurt het langer voordat de medicijnen werken;
- Eten en drinken na de operatie gaat in overleg met de verpleegkundige;
- U krijgt rond 22.00 uur een injectie (Fragmin) toegediend ter preventie van trombose.

### **Dag 1 na de operatie**

- U verzorgt zich met behulp van de verpleging;
- Er wordt, indien nodig, bloed afgenomen;
- U krijgt op vaste tijden uw (pijn)medicatie;
- Uw infuusnaald wordt verwijderd als u voldoende eet en drinkt;
- De fysiotherapeut komt met u oefenen;
- Er wordt een röntgenfoto van uw enkel gemaakt;
- 3 keer per dag wordt uw pijnscore bijgehouden, maar ook nu geldt: geef pijnklachten op tijd aan;
- Als uw herstel het toelaat, bereiden wij uw ontslag voor; Ontslagcriteria zijn:
  - Zelfstandig en veilig in/uit bed, lopen, naar toilet gaan en indien nodig traplopen;
  - Geen of minimale wondlekkage;
  - Geen andere complicaties.
- De verpleegkundige overhandigt u de ontslagpapieren, neemt ze met u door en beantwoordt eventuele vragen;
- U gaat aan het eind van de ochtend/begin van de middag met ontslag.

Afhankelijk van de soort operatie van de enkel moet u mogelijk langer dan één dag in het ziekenhuis verblijven.

## **Medicijnen bij ontslag**

U heeft bij uw ontslag pijnmedicijnen of een recept daarvoor mee naar huis gekregen. De bijwerkingen van de verschillende medicijnen kunt u vinden in de bijsluiter.

### Andere pijnmedicijnen

U mag verschillende soorten ontstekingsremmers (NSAID's) niet tegelijk gebruiken. Voorbeelden van NSAID's zijn Celebrex, Diclofenac, Meloxicam, Ibuprofen, Naproxen. Daarnaast mag u geen andere pijnmedicijnen, die verkrijgbaar zijn zonder recept, naast de voorgeschreven pijnmedicijnen gebruiken. Medicijnen die u voor andere klachten gebruikt mag u blijven gebruiken, tenzij de arts anders voorschrijft.

### Bloedverdunners

Afhankelijk van de operatie dient u na de operatie dient bloedverdunners te gebruiken om trombose en/of longembolie te voorkomen. Hiervoor krijgt u meestal een aantal spuitjes (fragmin) mee. Indien u voor de operatie reeds bloedverdunners gebruikte kan het zijn dat dit niet nodig is. U zult rondom de opname nadere informatie en instructies ontvangen.

### Aanhoudende pijn

Wanneer u na meer dan 2 dagen niet genoeg blijkt te hebben aan de maximaal voorgeschreven pijnmedicijnen en heeft u een pijnscore boven de 5, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek.

## **Thuis**

### **Leefregels en adviezen**

- Houd uw been de eerste weken hoog, om zwelling te voorkomen.
- Loop alleen het hoognodige, om pijn en zwelling te voorkomen.
- Als u gips heeft en gaat douchen, doe er dan een vuilniszak of speciale afsluitzak om heen. Deze zak is te koop via de gipsverbandmeester in het ziekenhuis.
- Autorijden mag alleen in overleg met uw behandelend specialist.

### **Mogelijke klachten na de operatie**

Mogelijke klachten na de operatie kunnen zijn:

- Zwelling, dikke voet/been;
- Circulatieproblemen bij te strak gips. U merkt dit doordat uw voet/been gaat zwellen of een kloppend gevoel geeft. Of als uw bloed niet goed doorstroomt en u geen of minder gevoel in uw voet/been heeft.
- Trombose. Om dit te voorkomen krijgt u bij gips de eerste tijd na de operatie bloed verdunnende middelen toegediend namelijk fragmin;
- Infectie;
- Zenuwletsel, (tijdelijk) gevoelsverlies;
- Nabloeding;
- Pijn.

In de volgende gevallen is het noodzakelijk dat u belt met de polikliniek Orthopedie:

- Als de wond extreem rood wordt;
- Als u heel veel pijn heeft;
- Als u koorts krijgt.

### **Controle**

Uw wondjes en gips worden gecontroleerd door de verpleegkundige en zo nodig door de specialist. Wanneer u hechtingen heeft, worden ze 14 dagen na de operatie op de polikliniek verwijderd.

## **Overige informatie**

### **Vervoer**

U mag niet met het openbaar vervoer reizen totdat u niet meer afhankelijk bent van de krukken en u geen hak- of gipsschoen meer draagt. Zelf auto rijden mag pas na toestemming van uw behandelend arts.

### **Bezoektijden**

Uw bezoek is iedere dag welkom van 15.30 tot 20.00 uur. In het weekend is een extra bezoekuur van 11.00 tot 12.00 uur. Wel moeten werkzaamheden, zoals fysiotherapie, ongehinderd kunnen doorgaan.

### **Heeft u vragen?**

Bekijk voor meer informatie onze website [www.franciscus.nl](http://www.franciscus.nl).

Bent u op zoek naar informatie over uw persoonlijke gegevens of afspraak? Bekijk dan eerst uw patiëntenportaal via [www.mijnfranciscus.nl](http://www.mijnfranciscus.nl).

Heeft u vragen over uw medicijnen of een andere medische vraag? Stel deze via de berichtenservice aan de polikliniek via BeterDichtbij.

Wilt u een medewerker spreken? Dan kunt u bellen met het Franciscus Contact Centrum via telefoonnummer 010 - 893 0000.

Voor dringende zaken buiten kantooruren kunt u telefonisch contact opnemen met de verpleegafdeling Orthopedie, via telefoonnummer 010 - 893 3031.

De volgende telefoonnummers zijn voor u van belang:

- Fysiotherapie Franciscus Vlietland: 010 - 893 1011
- Fysiotherapie Franciscus Gasthuis: 010 - 461 6027
- Pre operatieve screening Franciscus Vlietland: 010 - 893 1961
- Pre operatieve screening Franciscus Gasthuis: 010 - 461 6410

## Overzicht operatieve ingrepen

Operatieve ingrepen	Nazorg
<p><u>Kijkoperatie van de enkel</u>: door middel van een kijkoperatie wordt de toestand van uw enkelgewricht gecontroleerd. Vaak worden losse kraakbeenstukjes of botuitsteeksels weggehaald.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ U ligt één dag op de afdeling Dagbehandeling.</li> <li>▪ In principe loopt u één week op krukken.</li> <li>▪ Uw voet moet hoog liggen, in verband met zwelling.</li> </ul>
<p><u>Enkelbandlaesie</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Operatie volgens Evans: inkorten van de laterale enkelbanden en nieuwe pees.</li> <li>2. Operatie volgens Duquenoy: inkorten van de laterale enkelbanden.</li> <li>3. Operatie volgens Watson Jones: een nieuwe enkelband maken met een deel van de peroneuspees.</li> </ol>	<p><u>Operatie 1 en 2</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ U ligt ongeveer een tot 2 dagen in het ziekenhuis;</li> <li>▪ de eerste dagen heeft u gespleten gips;</li> <li>▪ na 5 dagen krijgt u loopgips;</li> <li>▪ in de meeste gevallen zitten er oploshechtingen in de wond;</li> <li>▪ na 6 weken gaat het gips eraf en wordt gestart met oefenen onder begeleiding van een fysiotherapeut.</li> </ul> <p><u>Operatie 3</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ U ligt ongeveer 5 dagen in het ziekenhuis;</li> <li>▪ U heeft 3 weken gespleten gips om;</li> <li>▪ Na 3 weken gaan de hechtingen eruit en krijgt u nog 5 weken loopgips;</li> <li>▪ De eerste 3 weken loopt u onbelast met krukken;</li> <li>▪ Als het gips is verwijderd, dan start u met oefenen onder</li> </ul>

	<p>begeleiding van een fysiotherapeut.</p>
<p><u>Enkelslijtage van het bovenste enkelgewricht:</u> operatie: AD - BSG = vastzetten van het bovenste spronggewricht</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ U ligt ongeveer 3 tot 5 dagen in het ziekenhuis;</li> <li>▪ u ligt veel in bed met uw voet hoog, om zwelling te voorkomen;</li> <li>▪ u mag 6 weken niet op het been staan, dat betekent dat u 6 weken onbelast met gips loopt met hulp van krukken;</li> <li>▪ 2 weken na de operatie worden de hechtingen verwijderd en krijgt u nieuw gips;</li> <li>▪ 6 weken na de operatie krijgt u loopgips, waar u nog 6 weken mee loopt;</li> <li>▪ uw voet kan niet meer op en neer bewegen.</li> </ul>
<p><u>Enkelslijtage van het onderste spronggewricht:</u> operatie: vastzetten van het onderste spronggewricht</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ U ligt ongeveer 3 dagen in het ziekenhuis</li> <li>▪ u ligt de eerste dag in bed met uw voet hoog ter voorkoming van zwelling;</li> <li>▪ u mag 6 weken niet op uw been staan, dat betekent dat u 6 weken onbelast met gips loopt met hulp van krukken;</li> <li>▪ 2 weken na de operatie worden de hechtingen verwijderd en krijgt u nieuw gips;</li> <li>▪ 6 weken na de operatie krijgt u op de polikliniek loopgips, waar u nog 6 weken mee moet lopen;</li> <li>▪ uw voet kan wel op en neer worden bewogen, maar niet heen en weer.</li> </ul>