

# Mini-artroscopie: nazorg thuis

Deze folder geeft informatie over de zorg die nodig is na een mini-artroscopie: een kijkoperatie van knie of enkel.

U heeft vandaag een mini-artroscopie van uw knie of enkel ondergaan. In deze folder vindt u adviezen over de nazorg thuis. Ook leest u wat u moet doen als er problemen ontstaan die te maken kunnen hebben met de ingreep.

De mini-artroscopie is uitgevoerd door .....op ..... - ..... - 20 .....



*Ruimte bestemd voor stempel*

## Belastbaarheid van het gewricht

Tijdens de mini-artroscopie vullen we het knie- of enkelgewricht met vocht. Hierdoor komt er ruimte in het gewricht. Zo kunnen we het gewricht continu bekijken en spoelen. Door het spoelen is de eerste dagen na de mini-artroscopie het gewrichtssmeer minder goed van kwaliteit. Het gewricht kan stijf aanvoelen; dit is normaal en verdwijnt na drie tot vier dagen. Als u pijn heeft na de ingreep dan kunt u hiervoor een gewone pijnstillers (b.v. paracetamol) gebruiken.

We adviseren u op de dag van de mini-artroscopie uw activiteiten aan te passen en het gewricht te ontzien. Dit betekent dat u, na de mini-artroscopie van knie of enkel, het been mag belasten, maar wel rustig aan moet doen. De dagen erna kunt u het gewricht meer gaan gebruiken.

## Controle van de wond

Als er een verband of een elastische kous (tubigrip) om het gewricht is aangebracht moet u deze voor het naar bed gaan verwijderen.

De gemaakte snijwondjes zijn doorgaans erg klein, meestal krijgt u er een hechting in. De hechtingen lossen niet vanzelf op. Een week na de mini-artroscopie kunt u deze door de huisarts laten verwijderen. Na afloop van de ingreep krijgt u een brief voor de huisarts mee.

De eerste 24 uur na de mini-artroscopie mag de wond niet nat worden. Daarna mag u, na het verwijderen van de witte pleister, douchen. We raden aan de eerste week het gewricht niet te lang onder water te houden (dus niet in bad of zwembad tot de hechtingen verwijderd zijn). Als er in plaats van hechtingen dunne witte pleisters over de wond geplakt zijn ('steri-strips'), dan mag u deze na 7 dagen zelf verwijderen. De wond mag in die week niet nat worden.

## **Wat kan ik doen bij problemen?**

Als u koorts krijgt, als de pijn erger wordt of het wondje gaat ontsteken (er komt bijvoorbeeld viezigheid uit) kunt u contact opnemen met de afdeling Reumatologie en Klinische Immunologie van Amsterdam UMC, locatie AMC. Ook als u het niet vertrouwd om een andere reden is het goed om even met ons contact op te nemen.

U kunt ons zeven dagen per week, 24 uur per dag bereikbaar via onderstaande telefoonnummers:

- Overdag: 020-5667765
- Avond/weekend of als bovenstaand nummer niet wordt beantwoord: 020-5669111:

Vraagt u naar de dienstdoende reumatoloog (in verband met complicaties na een kijkoperatie).