

# Voorste kruisbandoperatie

**Deze folder geeft u informatie over een voorste kruisband reconstructie. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.**

Het kniegewricht bestaat uit drie botdelen, het onderbeen, het bovenbeen en de knieschijf. De uiteinden daarvan zijn bedekt met een laagje kraakbeen zodat de knie soepel kan bewegen. Deze laag kraakbeen is elastisch en kan schokken en stoten opvangen. Aan de binnenzijde van de knie zitten de binnenbanden en aan de buitenzijde van de knie zitten de buitenbanden. Deze banden zorgen voor een groot deel voor stabiliteit in zijwaartse richtingen van de knie. In het kniegewricht zitten nog een binnenmeniscus en een buitenmeniscus, deze fungeren als schokdempers, maar zorgen ook voor stabiliteit. Centraal in het kniegewricht zitten de kruisbanden: de voorste en de achterste kruisband. Deze zorgen voor stabiliteit, met name in de voor- en achterwaartse richting van de knie. De voorste kruisband voorkomt dat het onderbeen tijdens lopen en draaibewegingen naar voren schuift ten opzichte van het bovenbeen. Een kruisband kan scheuren bij sporten of door een ongeval. Dit wordt vaak ervaren als een knap, waarna de knie dik en pijnlijk wordt. Na zo een letsel kan er instabiliteit van de knie optreden. Deze instabiliteit kunnen we behandelen door het reconstrueren van uw voorste (of achterste) kruisband.

## Diagnose gescheurde voorste kruisband

De diagnose 'gescheurde voorste kruisband' wordt gesteld door de aard van de klachten, een lichamelijk onderzoek en een MRI-scan van de knie. Een gescheurde kruisband geeft vaak instabiliteitsklachten (door de knie zakken of een instabiel gevoel).

## De behandeling van een gescheurde voorste kruisband

Intensieve (sport)fysiotherapie is in veel gevallen genoeg om de knie weer stabiel te maken. Met ons sportmedisch netwerk van de Adrz sportkliniek hebben we intensief contact met sportfysiotherapeuten uit de regio. Wanneer fysiotherapie onvoldoende resultaat heeft, kan de arts voorstellen een nieuwe kruisband te plaatsen (reconstructie). Bij de behandeling van een voorste kruisbandletsel zijn er veel factoren waarmee rekening wordt gehouden, zoals: leeftijd, type sport, mate van instabiliteit en overige letsels. Een voetballer of andere veldsporter zal eerder instabiliteit ervaren tijdens het sporten dan bijvoorbeeld een wielrenner. En het letsel bestaat regelmatig uit meerdere letsels, bijvoorbeeld: binnenbandscheur, binnen- of buitenmeniscusscheur en voorste kruisbandscheur (deze drie samen noemen we een 'unhappy triad'). Hiervoor maken we dus altijd een behandeling op maat.

## De operatie

Bij het plaatsen van een nieuwe voorste kruisband hebben we allereerst een 'graft' nodig. Dit is materiaal waar we de nieuwe voorste kruisband van maken. In principe doen we dit met uw eigen weefsel. Dit is vaak een hamstringpees of een reep van uw quadricepspees. In sommige gevallen (meestal bij een opnieuw gescheurde voorste kruisbandplastiek) gebruiken we de kniepees met botblokjes of een donorpees. Het verkrijgen van dit weefsel is een deel van de operatie.

Bij de operatie doen we altijd een kijkoperatie van de knie (scopie). Hierbij behandelen we ook eventuele meniscusscheuren of kraakbeenletsels. Vervolgens ruimen we de gescheurde kruisband op en boren we twee tunnels: een tunnel in het bovenbeengedeelte van de knie en een tunnel in het onderbeengedeelte van de knie. Precies op de plek waar de oude voorste kruisband vast zat. Vervolgens wordt de nieuwe voorste kruisband via een kijkgaatje in de knie gebracht en in de tunnels vastgezet. Dit doen we door middel van een hangbrugprincipe, waarbij de kruisband in de tunnels opgespannen wordt en aan twee kleine metalen plaatjes (buttons) hangt. Dit is een veel gebruikte techniek in

Nederland, waarbij we minimaal invasief met zo min mogelijk schade aan de weefsels opereren. In sommige gevallen wordt er nog een extra versteviging aan de buitenzijde van de knie verricht. Dit heet een laterale extra-artculaire tenodese (LET). Dit wordt gedaan om de rotatie-instabiliteit van de knie op te heffen.

### **Na de operatie**

De operatie wordt meestal in dagbehandeling verricht. Dit betekent dat u dezelfde dag weer naar huis mag. Lees goed alle informatie door die u van ons en de preoperatieve screening krijgt. Zorg dat u lang genoeg nuchter bent voor de operatie en neem twee krukken mee. Na de operatie moet u een periode met krukken lopen. De duur van deze periode hangt af van wat er allemaal aan uw knie is gedaan. Bij een nieuwe voorste kruisband plus het hechten van een meniscusscheur moet u bijvoorbeeld langer met krukken lopen dan bij alleen een nieuwe voorste kruisband. In het ziekenhuis zal onze fysiotherapeut uitleg en oefeninstructies geven.

### **Thuis na de operatie**

Het verband om uw knie mag na twee dagen verwijderd worden en u krijgt van het ziekenhuis een steunkous/compressiekous tot aan de lies, welke u na het verwijderen van het verband moet aantrekken. Dit geeft druk op de gezwollen knie en zorgt dus voor minder zwelling en vermindert de kans op trombose of longembolie. Deze steunkous/compressiekous is in principe voor vier weken. U krijgt na de operatie ook een recept medicijnen. Dit bestaat uit pijnmedicatie en een bloedverdunner. De bloedverdunner moet u middels een klein prikje in de bil of buikhuid aanbrengen (meestal doen patiënten of mantelzorgers dit zelf en in een enkel geval wordt dit door een thuiszorginstantie gedaan).

Doe de eerste dagen na de operatie rustig aan. Houd het been goed hoog en probeer niet meteen lange afstanden met krukken te lopen. Als de wondjes gaan ontsteken (vurig rood, pus, pijn) neem dan contact op met het ziekenhuis. Het is belangrijk dat u na de operatie snel start met oefenen. In het ziekenhuis zal de fysiotherapeut uitleg en oefeninstructies geven. Wij raden aan om binnen enkele dagen tot een week te starten met fysiotherapie in de thuissituatie. Een ervaren (sport)fysiotherapeut zal u de juiste begeleiding geven. Hou er rekening mee dat zo'n revalidatieperiode na een nieuwe voorste kruisbandreconstructie minimaal zes maanden duurt.

### **Complicaties**

Een nieuwe kruisbandoperatie is een operatie waarbij algemene complicaties kunnen ontstaan, zoals wondinfectie en trombose, maar de ervaring leert dat de kans hierop erg klein is. U kunt last hebben van een doof gevoel naast het litteken. Dit kan nog langere tijd opspelen. De eerste weken en soms maanden na de operatie kan de knie nog wat dik blijven, dit is doorgaans niet zorgwekkend. Af en toe wordt de knie stijf en kan niet goed gebogen of gestrekt worden. Dit behandelen we doorgaans met fysiotherapie, maar soms moet de knie onder een roesje doorbewogen worden. In een enkel geval moet er in een latere fase met een kijkoperatie littekenweefsel worden verwijderd. Neem contact op met uw behandelend arts als de wond gaat lekken of als de knie vurig rood, dikker en pijnlijker wordt.

### **Tot slot**

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen stel ze gerust aan uw behandelend arts.

### **Afspraak maken**

Wilt u een afspraak maken, annuleren of verzetten neem dan contact op met de Afspraakcentrale via 088 125 00 00.

