

Totale polsprothese

Wat u voor, tijdens en na de operatie kunt verwachten

In overleg met uw orthopedisch chirurg krijgt u binnenkort in Noordwest Ziekenhuisgroep locatie Alkmaar een totale polsprothese, oftewel een nieuwe pols. Een totale polsprothese is geen kleinigheid. Voor een goed verloop van de ingreep én voor vlot herstel is het belangrijk dat u zich goed op de ingreep voorbereidt. In deze folder vindt u uitleg over wat u voor, tijdens en na de operatie kunt verwachten.

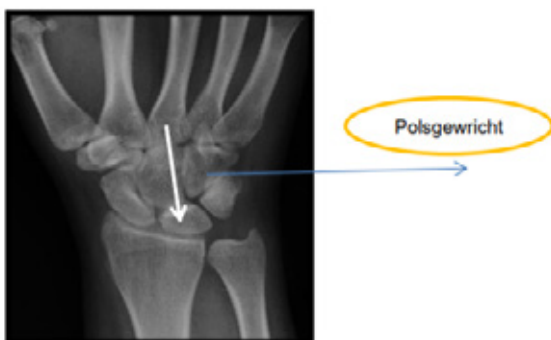
Onze app Noordwest Zorg

Het is belangrijk dat u zich goed voorbereidt op uw operatie. Naast de folder kunt u onze app Noordwest Zorg gebruiken. Hierin is alle informatie te vinden over uw behandeling. Deze handige app kunt u downloaden in de App Store of Google Play. Hiervoor downloadt u de app Patient Journey en zoekt u binnen deze app naar Noordwest Zorg. De voor u van belang zijnde informatie is direct zichtbaar op uw tijdslijn.

Het polsgewricht

Het polsgewricht vormt de verbinding tussen de hand en de onderarm. Dit gewricht bestaat uit 8 handwortelbeentjes, die door vele bandjes (ligamenten) bij elkaar worden gehouden (zie figuur 1). Net zoals bij ieder gewricht, is het oppervlak van de handwortelbeentjes bedekt met kraakbeen. De botjes kunnen dan soepel ten opzichte van elkaar bewegen.

Om de hand in het dagelijks leven te gebruiken, is het belangrijk dat het polsgewricht enigszins beweegt. Voor speciale activiteiten, zoals sporten en werken, moet de pols volledig kunnen bewegen. Als het polsgewricht pijn doet, zijn veel handelingen niet meer mogelijk. U kunt dan beperkt zijn in de dagelijkse activiteiten.



Figuur 1: röntgenfoto van een normaal polsgewricht. De handwortelbeentjes zijn met kraakbeen bedekt. Hierdoor is een gewrichtsspleet zichtbaar tussen de botjes (zie pijl).

Oorzaken van een versleten polsgewricht

Er zijn verschillende aandoeningen die slijtage van het polsgewricht kunnen veroorzaken. Denk hierbij aan reuma of een botbreuk.

Reuma

Bij reuma kan er een ontsteking ontstaan van het polsgewricht. Door zo'n gewrichtsontsteking, ook wel artritis genoemd, is de pols gezwollen, pijnlijk en stijf. Als een ontsteking lang duurt, kan dit leiden tot aantasting van het kraakbeen en de ligamenten. Er ontstaat slijtage (zie figuur 2).

Botbreuk

Slijtage van het polsgewricht kan ook optreden door een ernstige breuk van het polsgewricht of door het scheuren van de ligamenten van de pols. Dit treedt meestal pas vele jaren na het ongeval op. Net als bij een artritis is bij slijtage van de pols het gewricht gezwollen, pijnlijk en stijf. De slijtage kan een ontsteking van het gewricht veroorzaken. Hierdoor nemen de klachten toe.



Figuur 2: röntgenfoto van een polsgewricht dat is aangedaan door reuma. De langdurige ontsteking heeft geleid tot slijtage van het polsgewricht. Er is geen gewrichtsspleet meer tussen de handwortelbeentjes omdat het kraakbeen is verdwenen (zie pijl).

De klachten

Bij een beschadigde of versleten pols kunnen de volgende klachten ontstaan:

- pijn
- stijfheid
- zwelling
- soms een krakend geluid bij bewegen

In een gevorderd stadium van slijtage kan er ook sprake zijn van:

- bewegingsbeperkingen
- standsveranderingen
- instabiliteit

Wat is een polsprothese?

De polsprothese bestaat uit 2 delen. De orthopedisch chirurg plaatst het ene deel in het spaakbeen. Het andere deel zet de chirurg met schroeven vast in de handwortelbeentjes. De orthopeden van Noordwest Orthopedisch centrum gebruiken de ReMotion® polsprothese (zie figuur 3). Het gewricht tussen het ellepijpkopje en het spaakbeen wordt hierbij niet vervangen.



Figuur 3: de ReMotion® polsprothese

Uw voorbereiding

Opnameplein

Voor de voorbereiding op uw operatie* krijgt u meerdere afspraken met het opnameplein, telefonisch of op het opnameplein zelf. U spreekt elke afspraak met verschillende zorgverleners, zoals een apothekersassistent, anesthesioloog en verpleegkundige. De zorgverleners beoordelen of u gezond genoeg bent voor een operatie. We noemen dit ook wel de 'preoperatieve screening'.

** Lees voor operatie ook onderzoek of behandeling.*

Vragenlijst

Als voorbereiding op uw operatie moet u een vragenlijst invullen (preoperatieve vragenlijst). U vindt deze vragenlijst in uw patiëntenportaal Mijn Noordwest (nwz.nl/mijnnoordwest). U ontvangt eerst een mail van Noordwest. Dan logt u in met uw DigiD in uw portaal en vult de vragenlijst in. Heeft u hulp nodig met het invullen van de vragenlijst, dan kunt u contact opnemen met patiëntenservice Noordwest: telefoon 088 - 0856 789/ patientenservice@nwz.nl

Belangrijk

- vul de vragenlijst op tijd in. Het niet invullen van de vragenlijst kan tot gevolg hebben dat uw operatie/behandeling niet wordt ingepland
- zorg dat u de 2 afspraken met het opnameplein niet vergeet

Operatiedatum

Als de operatiedatum bekend is, krijgt u bericht van de afdeling opnameplanning. U krijgt dan informatie over:

- waar en wanneer wij u verwachten voor de opname en operatie
- instructies over het niet eten en drinken. Hierover informeert de opnameplanner u 2 werkdagen vóór de operatie

Folder en video

Meer informatie vindt u in de folder '[Goed voorbereid op uw operatie](#)'. Deze folder staat voor u klaar in Mijn Noordwest of krijgt u mee tijdens uw afspraak op het opnameplein. U kunt op onze website nwz.nl/operatie ook een video over de voorbereiding op de operatie bekijken. U ziet alleen wat u bewust op de operatieafdeling meemaakt.

Zorg voor pijnstillers

Het kan zijn dat u na de operatie thuis nog pijn heeft. Wij raden u aan om voor de operatie Paracetamol (500 mg) in huis te halen. Deze is verkrijgbaar bij uw drogist of apotheek. Bij ontslag uit het ziekenhuis, krijgt u zo nodig ook een recept mee voor andere pijnstillers.

Zorg voor hulp na de operatie

U kunt de eerste 6 weken na de operatie de geopereerde hand niet goed gebruiken voor dagelijkse activiteiten. Denk hierbij aan autorijden, koken en boodschappen doen. Regel de nodige hulp hiervoor.

Wat neemt u mee naar het ziekenhuis?

U neemt het volgende mee naar het ziekenhuis:

- geldig identiteitsbewijs
- alle medicijnen (met verpakking) die u thuis gebruikt
- makkelijke zittende kleding
- slippers/pantoffels

Niet meenemen

Noordwest Ziekenhuisgroep raadt u af kostbaarheden zoals sieraden en/of grote hoeveelheden geld mee te nemen naar het ziekenhuis. Er bestaat altijd kans op zoekraken en/of diefstal. Als u toch besluit dergelijke kostbaarheden en/of geld onbeheerd bij u te houden, doet u dat voor eigen rekening en risico. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor beschadiging, verlies of diefstal van uw persoonlijke eigendommen.

Ringen

Ringen moeten af of beter nog: laat ze thuis. Als het u niet lukt de ring af te doen, laat de juwelier deze dan vóór uw opname vakkundige doorknippen. Op deze manier wordt uw ring zo min mogelijk beschadigd en kunt uw ring dan direct laten verruimen.

Meer informatie vindt u in de folder '[Opname, goed voorbereid naar het ziekenhuis](#)'. U vindt deze folder op www.nwz.nl/patientenfolders

Landelijke registratie

Uw operatiegegevens worden geregistreerd in de Landelijke Registratie Orthopedische Implantaten (www.LROI.nl). Als u hier bezwaar tegen heeft, kunt u dit doorgeven aan uw orthopedisch chirurg.

Vragenlijst: PROM's

Omdat u binnenkort een polsprothese krijgt, krijgt u te maken met de zogenaamde PROM's: Patient Reported Outcome Measures. Dit is een vragenlijst waarmee we het behandelingsresultaat meten.

Wat betekent dit voor u?

Op het moment dat u op de wachtlijst bent geplaatst voor een polsprothese, gaat u langs het opnameplein. Zij vragen uw e-mailadres. Als u zelf niet over een e-mailadres beschikt, kunt u het e-mailadres van een van uw kinderen of van iemand in uw familie of vriendenkring opgeven. Op dit e-mailadres ontvangt u een link, waarmee u online de vragenlijsten kunt invullen. Weet u niet hoe dit werkt? Vraag dan aan iemand in uw omgeving om u te helpen of neem contact op met onze patiëntenservice: 088 - 085 6789.

2 momenten vragenlijst invullen

Op 2 momenten wordt u gevraagd een vragenlijst in te vullen: voor de operatie en een jaar na de operatie.

Onze zorg verbeteren

Het is van groot belang dat u de vragenlijsten invult. Met uw informatie kunnen wij de kwaliteit van de zorg verbeteren. Het ziekenhuis is verplicht om deze informatie te registreren. Dit kan alleen met uw medewerking, die we erg op prijs stellen. Uw privacy wordt gewaarborgd. Voor meer informatie over de PROM's kunt u kijken op: orthopedie.nwz.nl

Vraag gerust als iets niet duidelijk is

U krijgt met veel verschillende zorgverleners te maken. Het zal niet meevallen om ze uit elkaar te houden of te onthouden wat ze vertellen. Aarzelt u niet om iemand naar zijn naam en functie te vragen. En vraag het gerust als iets niet duidelijk is of als u zich ergens zorgen over maakt.

De dag van de operatie

U meldt zich op de dag van de operatie bij de receptie van Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar. De portier wijst u de weg naar de zogenoemde electieve opnamekamer (EOK). Een verpleegkundige ontvangt u daar en heeft een kort opnamegesprek met u. U kunt dan eventuele veranderingen in uw gezondheidssituatie doorgeven en al uw vragen nog stellen. Na de operatie komt u op de verpleegafdeling orthopedie 240 of 249 te liggen.

Vorbereiding op de operatie

De verpleegkundige bereidt u voor op de operatie:

- zij wijst u uw bed aan
- zij meet uw bloeddruk en temperatuur
- zij geeft u een operatiejasje
- zij tekent de pols af die geopereerd moet worden

- zij geeft u zogenoemde premedicatie. Dit zijn pijnstillers en een tablet waar u ontspannen van wordt

Vorbereiding in de holding

Als u aan de beurt bent, wordt u naar de holding gebracht. Dit is de voorbereidingsruimte van de operatiekamer (OK). In de holding bereiden we u verder voor op de operatie. We controleren uw persoonlijke en medische gegevens en u krijgt een warmtedeken. U krijgt ook een infuus met antibiotica. Dit is om infecties na de operatie te voorkomen.

Controle van uw persoonlijke en medische gegevens

Om vergissingen en fouten te voorkomen, controleren we op vaste momenten voor, tijdens en na de operatie uw persoonlijke en medische gegevens: voor welke operatie u komt, aan welke zijde u geopereerd wordt en de manier van verdoven die afgesproken is (bijvoorbeeld ruggenprik of algehele narcose). Op de afdeling zetten we van tevoren een pijl aan de te opereren zijde. Dit wordt op de operatiekamer nog een keer gecontroleerd. De controles vinden volgens vaste voorschriften plaats. Bij elk controlemoment gaan telkens 2 of meer zorgverleners na of uw gegevens kloppen én of het hele proces rondom uw ingreep volgens voorschrift en plan verloopt.

De operatie

U wordt geopereerd door een orthopedisch chirurg of een orthopedisch chirurg in opleiding onder supervisie van een orthopedisch chirurg. De operatie duurt ongeveer 1½ uur.

De operatie totale polsprothese

Tijdens de operatie wordt een band om de bovenarm strak opgeblazen. Hierdoor stroomt er tijdelijk geen bloed meer door de arm. Dit heet een 'bloedleegte'. De orthopedisch chirurg kan dan de structuren goed herkennen.

Het plaatsen van de prothese

Voor het plaatsen van de prothese is het nodig een deel van de handwortelbeentjes en een plakje van het spaakbeen te verwijderen. De chirurg zet het deel van de prothese aan de kant van de onderarm klemvast in de schacht van het spaakbeen. Dit gebeurt zonder cement, zodat het bot aan de prothese vast kan groeien. Het deel van de prothese aan de kant van de hand zet de chirurg vast met schroeven, in de resterende handwortelbeentjes. Dit is om ingroei van het bot ter plaatse te bevorderen.

Tussen beide delen van de prothese wordt plastic (polyethyleen) aangebracht. Zo kunnen de 2 delen van het kunstgewricht soepel ten opzichte van elkaar bewegen. Tijdens de operatie controleren we met een röntgenfoto de stand van de prothese in het bot (zie figuur 3).

Hechtingen

De chirurg sluit de wond met oplosbare hechtingen. Er blijft een slangetje in de wond achter om vocht af te voeren. Dit is een wonddrain. Op de operatiekamer krijgt u direct een gipsspalk aangelegd. Het litteken loopt in de lengte over de bovenzijde van het polsgewricht en is ongeveer 7-8 cm lang.



Figuur 3:

röntgenfoto van een polsgewricht na het plaatsen van een ReMotion® polsprothese.

Pijnbestrijding

Voor goed herstel is het belangrijk dat de pijn draaglijk is: u moet goed kunnen doorademen en bewegen. Heeft u toch (veel) pijn die niet draaglijk is? Geef dit dan meteen door aan een verpleegkundige. De verpleegkundigen vragen u elke dag een paar keer naar uw pijn. U geeft uw pijn een cijfer: van 0 (geen pijn) tot 10 (heel veel pijn). Zo nodig gebruikt de verpleegkundige hiervoor een soort liniaaltje.

Na de operatie

Leg uw hand goed hoog

Na de operatie is het belangrijk dat u uw hand goed hoog neerlegt om de zwelling en pijn zoveel mogelijk tegen te gaan.

Eerste dag na de operatie

De eerste dag na de operatie wordt op de gipskamer de wond gecontroleerd, de drain verwijderd en een nieuwe comfortabele spalk aangelegd. In deze spalk wordt een röntgenfoto van de pols gemaakt. Als er weinig zwelling is ontstaan en de pijn goed te verdragen is, mag u dezelfde dag naar huis met de arm in een mitella. De verpleegkundige overlegt met de zaalarts hoelang u nog pijnstillers moet gebruiken. Meestal is dat 1 week.

Vingers bewegen

In de gipsspalk kunt u de vingers bewegen. We raden u aan regelmatig de vingers te oefenen. Hierdoor neemt de zwelling eerder af en worden de vingers minder stijf. Enige dagen na uw operatie start u met oefentherapie.

Uw ontslag

Ontslaggesprek

Er zijn 2 ontslagmomenten op een dag: 's morgens en 's middags. Ook in het weekend. Is uw ontslagdatum bekend, dan heeft u een ontslaggesprek met de verpleegkundige. U kunt dan al uw vragen stellen. Omdat u de eerste 6 weken beperkt bent in het gebruik van uw hand, bespreekt de verpleegkundige met u of (tijdelijk) nazorg gewenst is. Verder nemen we de medicatie en leefregels voor thuis met u door.

Wat krijgt u mee?

U krijgt het volgende mee:

- recepten voor medicijnen: zo nodig voor pijnstillers. De verpleegkundige overlegt met u of u uw eigen medicijnrecept mee naar huis neemt of dat wij deze doorsturen naar uw apotheek. Als u het makkelijker vindt, kunt u ook de medicijnen ophalen bij de poliklinische apotheek van locatie Alkmaar. Houdt u er rekening mee dat uw verzekering sommige voorgeschreven medicijnen niet geheel vergoedt en u hiervoor moet betalen
- controleafspraken
- kaartje 'Antibiotica uit voorzorg'
- kaartje 'Medisch implantaat'
- evaluatieformulier patiënten-ervaring

Onder begeleiding naar huis

Houdt u er rekening mee dat u niet zelfstandig naar huis kunt. Vraag daarom of een naaste of mantelzorgers u in het ziekenhuis ophaalt en naar huis begeleidt.

Leefregels voor thuis

Om ervoor te zorgen dat uw polsprothese niet loslaat en voor een goed herstel, is het belangrijk dat u de volgende leefregels opvolgt:

- niet met het hele lichaam steunen op de hand
- geen elleboogkrukken gebruiken, wel okselkrukken of schalkrukken
- niet voor het lichaam uit tillen van zware voorwerpen (meer dan 3 kg). Wel mag u bijvoorbeeld langs het lichaam een zware tas tillen
- niet krachtig doeken uitwringen
- niet met veel kracht voorwerpen los of vast draaien
- geen zware handenarbeid doen

Wanneer waarschuwt u het ziekenhuis?

U waarschuwt het ziekenhuis als:

- het gevoel in uw vingers verminderd is
- het wondgebied rood en gezwollen is
- er vocht uit de wond komt

Wees voorzichtig met uw polsprothese

Het is belangrijk dat u de eerste periode extra voorzichtig bent met uw geopereerde pols. Houdt u zich daarom goed aan de leefregels die in deze folder staan. Ook daarna is het belangrijk dat u voorzichtig blijft.

Complicaties (risico's)

De operatie en de herstelperiode verlopen meestal zonder problemen. De kans is dus niet groot, maar houdt u er wel rekening mee dat (een van) de volgende complicaties kunnen optreden:

- infectie
- zenuw schade

- peesletsel
- uit de kom schieten van de prothese (luxatie)
- stijfheid van het gewricht
- dystrofie

Controle

1 week na de operatie

De eerste poliklinische controle is 1 week na de operatie. De gipsverbandmeester controleert de wond en legt een nieuwe spalk aan. Dit is een tijdelijke spalk die u draagt tot het eerste bezoek aan de handtherapeut.

2e week na de operatie: revalidatieafdeling

In de tweede week na uw operatie komt u bij de handtherapeut. Ongeveer 6 weken na de start van de revalidatie heeft u uw eerste controleafspraak bij de revalidatie arts. Deze begeleidt de behandeling bij de handtherapeuten.

U bezoekt de orthopedisch chirurg 6 weken, 3 maanden en 1 jaar na de operatie. De chirurg controleert dan de voortgang van uw herstel. Voor de controles van 6 weken en 1 jaar na de operatie wordt een röntgenfoto van uw pols gemaakt.

Antibiotica uit voorzorg

Het kan zijn dat uw polsprothese geïnfecteerd raakt, ook jaren later nog. Om dit te voorkomen, is het belangrijk dat u bij bepaalde behandelingen van tevoren antibiotica inneemt. Meer informatie voor u én uw behandelaars vindt u op www.nwz.nl/antibiotica en www.nwz.nl/patientenfolders

Oefentherapie revalidatie

U krijgt oefentherapie op de revalidatieafdeling van Noordwest Ziekenhuisgroep. Deze therapie start ongeveer een week na de operatie. U krijgt in samenspraak met uw handtherapeut een op maat gemaakt oefenschema, waarbij de spalk af mag tijdens het oefenen. De oefeningen hebben als doel om uw pols rustig aan weer wat soepeler te krijgen, zonder de pols te belasten.

De eerste 6 weken

Na ongeveer 4 weken bouwt u in overleg met uw therapeuten het dragen van de spalk af, op basis van hoe uw herstel verloopt.

In de eerste 4-6 weken na de operatie ligt de nadruk op het oefenen van de beweeglijkheid van de vingers en de pols. Na deze periode volgt het opbouwen van de kracht en belastbaarheid van de pols. Tot 3 maanden na de operatie bent u bezig met het oefenprogramma. Na de revalidatieperiode is de beweeglijkheid van de polsprothese ongeveer de helft van een normaal polsgewricht.

De eerste 3 maanden

De eerste 3 maanden na uw operatie brengt u regelmatig een bezoek aan uw handfysiotherapeut/handergoerapeut.

Uw vragen

Heeft u nog vragen over uw opname of de operatie? Dan kunt u contact opnemen met de orthopedie van Noordwest Ziekenhuisgroep:

- tijdens kantooruren, de polikliniek van 08:30 tot 16:30 uur, telefoon 072 - 548 2500
- buiten kantooruren, de verpleegafdeling, telefoon 072 - 548 2560

Orthopedie

Het specialisme

Het specialisme orthopedie richt zich op onderzoek en behandeling van het bewegingsapparaat, zoals de heup, knie, wervelkolom en schouder. Dit kan bijvoorbeeld gaan om botbreuken, aandoeningen aan pezen en spieren of reumaklachten. Maar ook kinderen met aangeboren afwijkingen zoals scoliose, heupdysplasie of een klompvoet worden bij ons behandeld. Orthopedisch chirurgen onderzoeken en behandelen patiënten met zowel eenvoudige als complexe aandoeningen en alles ertussenin.

Orthopedisch centrum

Het behandelteam van orthopedie werkt binnen Noordwest Orthopedisch centrum nauw samen met andere zorgverleners. Denk aan fysiotherapeuten, radiologen, revalidatieartsen en ergotherapeuten.

Meer informatie kunt u vinden op orthopedie.nwz.nl