



Over OCON

Wetenschappelijk onderzoek

Binnen OCON, Orthopedische kliniek wordt wetenschappelijk onderzoek gedaan om onze zorg te optimaliseren. Patiënten-data, welke in het kader van reguliere zorg verzameld worden, kunnen hiervoor anoniem gebruikt worden. Mocht u hier bezwaar tegen hebben dan willen we u vriendelijk verzoeken dit kenbaar te maken via wetenschap@ocon.nl

Meer informatie

Voor informatie over uw bezoek aan de poli, dagbehandelingen of alles rondom het verblijf op de verpleegafdeling verwijzen wij u graag naar onze website www.ocon.nl

Vragen

Heeft u vragen of opmerkingen over de informatie in deze brochure? Dan kunt u altijd contact opnemen door middel van het contactformulier op onze website. Daarnaast kunt u ons telefonisch bereiken via telefoonnummer **088 - 708 3370**.

OCON Hengelo
Geerdinksweg 141
7555 DL Hengelo
OCON Almelo
Zilvermeeuw 1
7609 PP Almelo
Postadres
Postbus 546
7550 AM Hengelo
Website
www.ocon.nl

Oorzaken

Sport, verstuikingen en ongevallen zijn de belangrijkste oorzaken van een enkel letsel. Typische letsels die met een arthroscopie behandeld kunnen worden zijn pijnlijke inklemmingsverschijnselen (impingement) aan de voor- of achterzijde van de enkel, kraakbeendefecten en een gewrichtsmuis.

Diagnose en onderzoek

Onderzoek

De uiteindelijke diagnose wordt gesteld door gerichte vragen over de klachten en een onderzoek van de enkel. Daarnaast wordt er een röntgenfoto gemaakt. Indien een röntgenfoto niet voldoende informatie geeft kan er aanvullend een MRI scan of een CT scan worden verricht.

Enkel-impingement

Bij enkel-impingement is er sprake van inklemming tussen het sprongbeen en het scheenbeen. Een enkel-impingement kan ontstaan door een botuitsteeksel (benig impingement) of een verdikking van het gewrichtskapsel of slijmvlies (weke delen impingement). Bij beweging komt het uitsteeksel klem te zitten wat klachten kan veroorzaken. In de meeste gevallen treedt het op aan de voorzijde van de enkel, maar komt ook aan de achterzijde voor. Een enkel waarbij sprake is van impingement wordt vaak een voetbal-enkel genoemd.

Als u een aandoening van uw enkel heeft, kan de orthopedisch chirurg een arthroscopie adviseren.

Dit heet ook wel een 'kijkoperatie'. Tijdens een arthroscopie wordt niet alleen in het gewricht gekeken, maar kan ook direct een afwijking worden behandeld.

Aandoening

De enkel

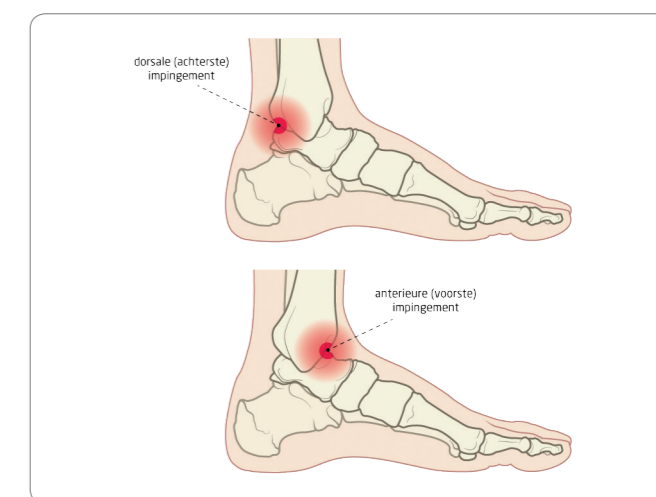
De enkel is een complex gewricht dat een relatief hoge belasting te verduren heeft. Klachten van het enkelgewricht komen veel voor. Deze klachten hebben te maken met verschillende aspecten: stand, belasting, beroep, sport of ouderdom. Blessures van de enkel ontstaan meestal na een verzwikking of verstuiking van de enkel, waarbij de enkelbanden en/of het kraakbeen wordt beschadigd. In veel gevallen is er herstel zonder operatieve behandeling.

Het enkelgewricht bestaat uit drie botdelen: het kuitbeen (fibula), het scheenbeen (tibia) en het sprongbeen (talus). De botdelen zijn aan de gewrichtszijde bedekt met kraakbeen. Daaromheen ligt het gewrichtskapsel en een aantal gewrichtsbanden die zorgdragen voor de stabiliteit van de enkel. Er lopen diverse pezen langs de enkel die belangrijk zijn voor de stabiliteit en bewegingen van de enkel en de voet.

Klachten en symptomen

Waarom een arthroscopie?

De orthopedisch chirurg kan vaak met een arthroscopie goed vaststellen wat de klachten veroorzaakt in de enkel. In de meeste gevallen volgt de behandeling direct. Het herstel na een kijkoperatie verloopt doorgaans vlot. De mate van toegestane belasting en de duur van de nabehandeling zijn afhankelijk van de aandoening waarvoor de kijkoperatie wordt verricht.



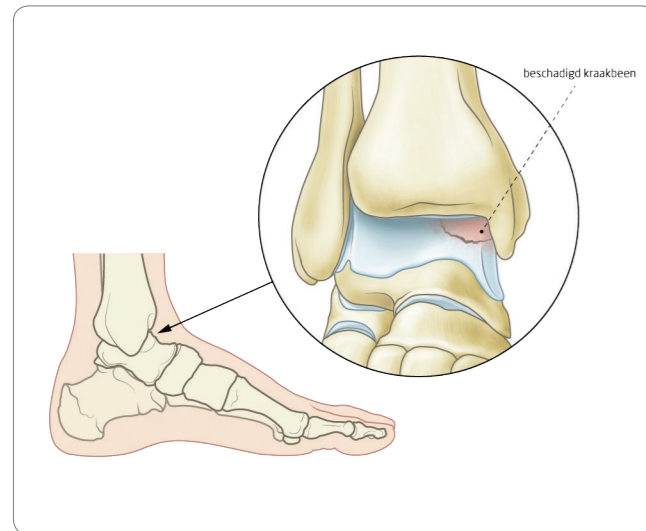
Afbeelding 1 enkel impingement

Vragen?

Tijdens kantooruren kunt u contact opnemen met het secretariaat van OCON, telefoonnummer **088 - 708 33 70**.

Osteochondraal letsel van de talus

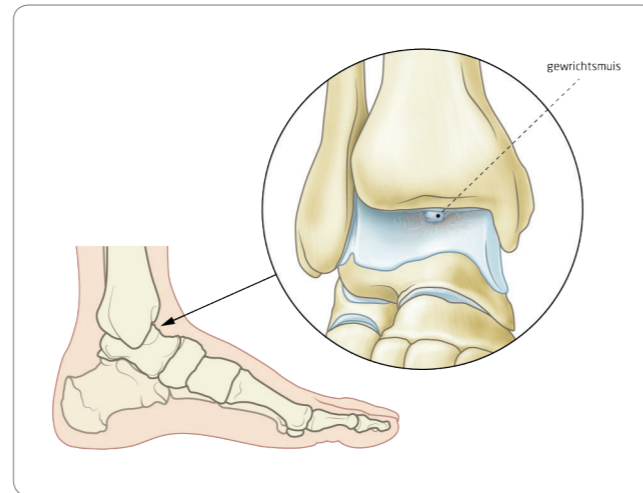
Een osteochondraal letsel van de talus is een beschadiging van het kraakbeen en het onderliggende bot van het sprongbeen. Het sprongbeen is het bot dat het been verbindt met de voet. Door de kraakbeenbeschadiging ontstaat vaak pijn en zwelling bij belasten van de enkel.



Afbeelding 2 osteochondritis dissecans van de talus

Gewrichtsmuis enkel

Een gewrichtsmuis of corpus liberum is een stukje los kraakbeen of bot in de enkel, het is vaak slechts enkele millimeters groot. Het kan ontstaan na een beschadiging van het kraakbeen na een verzwikking of ander trauma, bij gewrichtsslijtage of zonder duidelijke aanleiding. Het stukje bot of kraakbeen kan zich vrij in de enkel bewegen. Soms kan het beklemd raken in het gewricht, ook hierdoor kan het kraakbeen in het gewricht beschadigd worden.



Afbeelding 3 gewrichtsmuis in de enkel

Behandeling

Operatieve behandeling

De orthopedisch chirurg adviseert een arthroscopie.

Wat betekent dat voor u?

Wanneer u een arthroscopie ondergaat dan wordt u hiervoor uitgenodigd op onze speciaal ingerichte dagbehandelingsafdeling. Deze afdeling is zo ingericht dat u snel geholpen wordt, waardoor u in de meeste gevallen na de ingreep dezelfde dag weer naar huis kunt.

De voorbereiding op de operatie

De operatie gebeurt onder algehele narcose of met een ruggenprik. Vooraf is deze keuze besproken met de anesthesioloog op de preoperatieve polikliniek.

De operatie

Bij de arthroscopie kijkt de orthopeed met een dunne camera (arthroscoop) in de enkel. De arthroscoop heeft een doorsnede van 4 mm en bevat een zeer kleine camera met licht. Het beeld dat de camera maakt, verschijnt op een monitor. De operatie wordt uitgevoerd via 2 of 3 kleine sneetjes van minder dan 1 cm. Hierdoor wordt de arthroscoop en de instrumenten in de enkel gebracht om, waar nodig, de afwijkingen te behandelen.

Nabehandeling

Na een eenvoudige arthroscopische ingreep kunt u meestal dezelfde dag naar huis. Soms heeft u een pijnstiller nodig, paracetamol is dan vaak voldoende. Het drukverband mag u er na drie dagen afhalen. De stripjes daaronder mag u er tien dagen na de operatie voorzichtig aftrekken. U moet de enkel drie dagen droog houden zodat de wondjes veilig dicht kunnen groeien. Baden mag weer als de pleisters eraf zijn en de wondjes droog zijn. Als de wondjes gehecht zijn, zullen de hechtingen er tijdens de nacontrole uitgehaald worden.

Wanneer de verdoving is uitgewerkt mag u met behulp van twee krukken lopen, tenzij dit anders is aangegeven door de behandelend orthopeed. Het is verstandig de eerste drie dagen de enkel zoveel mogelijk hoog te leggen en in veel gevallen wordt het gebruik van elleboogkrukken geadviseerd. Als de enkel dik en warm is, kunt u ijspacks op de enkel leggen (niet direct op de huid maar in een theedoek). Indien er sprake is van zwelling na inspanning wordt geadviseerd het wat rustiger aan te doen.

In de dagen na de operatie heeft de enkel de neiging in een spitsstand te gaan staan (de tenen staan dan steeds meer van u af). Daarom is het verstandig ieder uur enkele malen de tenen omhoog (naar de neus) te trekken en weer los te laten. Daarnaast moet u enkele malen per dag de tenen van u af bewegen (gas geven) en rondjes draaien met de voet. De oefeningen moeten binnen de pijngrens blijven.

Voor een nacontrole bij uw orthopeed krijgt u een afspraak, meestal is dit na zes weken. Dan wordt ook besproken of er nog aanvullende nabehandeling, zoals fysiotherapie, nodig is.

Complicaties

Bij een arthroscopie treden zelden complicaties op. In een enkel geval kan er sprake zijn van langdurige en forse zwelling, bloeding in de enkel of een gewrichtsontsteking. Een andere mogelijke complicatie is beschadiging van huidzenuwen die voor de enkel langslopen, dit kan een tijdelijk of blijvend gevoelsverlies op de voetrug veroorzaken. Hoogst zelden ontstaat een trombosebeen.

Contact opnemen

Neem contact op met uw orthopedisch chirurg indien:

- de hele voet/enkel **dik wordt** en/of **meer pijn** gaat doen;
- u **niet meer** op het been kunt staan, terwijl dit eerder goed mogelijk was;
- u **koorts** hebt > 38,5 °C;
- u last hebt van een **dikke, warme, rode en pijnlijke kuit** (tekenen trombosebeen);
- u **het vanwege andere redenen niet vertrouwt**.

U kunt hiervoor **tijdens kantooruren** bellen met het secretariaat van OCON, telefoonnummer: **088 - 708 3370**.

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de verpleegafdeling van OCON, telefoonnummer: **088 - 708 5560**.