

Schouderoperatie (ASAD)

Orthopedie



Beter voor elkaar

Inleiding

U en uw arts hebben samen besloten dat u een operatie aan uw schouder krijgt. Deze operatie heet een Neerplastiek en wordt gedaan door een orthopedisch chirurg, een arts (dokter) die gespecialiseerd is in botten en gewrichten.

De schouder

De schouder is een ingewikkeld gewricht. De bovenarm heeft een ronde kop die in een kom van het schouderblad past. Deze kop en kom zijn bedekt met een glad laagje (kraakbeen), zodat ze makkelijk kunnen bewegen. Boven het gewricht zit een soort botdak met het sleutelbeen. Uw arm beweegt door spieren en pezen. Die lopen tussen het botdak en de kop van uw bovenarm. Tussen deze pezen en het botdak zit een slijmbeurs: een klein zakje met vocht. Dit zorgt ervoor dat de pezen soepel kunnen bewegen. Als de slijmbeurs geïrriteerd raakt, zwelt hij op. Daardoor komt hij sneller klem te zitten bij bewegingen van de arm. Ook de pezen kunnen opzwellen (dik worden). Dit zorgt voor pijn.

Oorzaken

De slijmbeurs kan op verschillende manieren geïrriteerd raken. Bij jonge mensen gebeurt dit vaak door te veel of zwaar werk met de armen boven het hoofd. Een kleine val of iets te zwaar tillen kan ook schade aan de pees geven.

Bij oudere mensen is de pees vaak wat zwakker en scheurt sneller. Zo'n scheur herstelt moeilijk, waardoor de slijmbeurs sneller geïrriteerd raakt.

Klachten: u kunt last hebben van:

- Pijn bij het optillen of draaien van uw arm;
- Pijn die uitstraalt naar uw nek of elleboog;
- Pijn 's nachts, vooral als u op de pijnlijke arm ligt;
- Moeite met kleding aantrekken, zoals een jas.

De operatie (Neerplastiek)

Meestal verdwijnt de irritatie van de slijmbeurs vanzelf als u rust neemt. Dit kan weken tot maanden duren. Als de klachten blijven, krijgt u soms een of meer injecties in de slijmbeurs. Helpt dat niet, dan kan een operatie nodig zijn.

Tijdens de operatie haalt de arts een klein stukje bot weg aan de onder- en voorkant van het schouderdak. Hierdoor komt er meer ruimte in de schouder. De pezen en slijmbeurs raken dan minder snel bekneld. Dit vermindert de pijn en maakt bewegen makkelijker.

Herstel en resultaat

Het is moeilijk om vooraf te zeggen hoe lang het herstel duurt. Bij de één gaat dat sneller dan bij de ander. Meestal duurt het herstel drie tot soms wel zes tot negen maanden. Bij 80 tot 90 van de 100 mensen is het resultaat goed: de klachten verminderen of verdwijnen binnen drie tot zes maanden na de operatie.

Op de dag van de operatie

Vorbereiding

U krijgt een speciaal operatiehemd aan en een mutsje op. U mag tijdens de operatie geen eigen kleding dragen, maar uw onderbroek mag u aanhouden. De verpleegkundige geeft u een pijnstillert en soms ook een medicijn om rustig of slaperig te worden. Daarna wordt u in uw bed naar een andere kamer gebracht om alles voor de operatie klaar te maken. Daar krijgt u een infuus in uw arm. Dit is een dun slangetje waardoor u medicijnen en vocht krijgt.

Verdoving

De operatie gebeurt met twee soorten verdoving. Uw arm en schouder worden plaatselijk verdoofd, zodat u daar geen pijn voelt. Daarnaast wordt u in slaap gebracht voor de hele operatie. De verdoving wordt gegeven via een prik in uw hals.

De operatie

Een schouderoperatie kan op verschillende manieren worden gedaan. Uw arts bespreekt met u welke manier het beste bij u past.

Open operatie (open Neerplastiek)

Bij deze methode (op deze manier) maakt de arts een snee aan de voorkant van uw schouder. Daarna wordt de ruimte tussen de schouderkop en het schouderblad open gemaakt. De arts haalt de ontstoken slijmbeurs weg en verwijdert een klein stukje bot. Zo krijgt de pees, die klem zat, meer ruimte. Is de pees beschadigd of gescheurd? Dan probeert de arts deze te herstellen. Na de operatie krijgt u een pleister op de wond en een draagdoek (mitella) voor uw arm.

Kijkoperatie (arthroscopische Neerplastiek)

Bij een kijkoperatie maakt de arts twee of drie kleine sneetjes in uw schouder. Door een dun slangetje met een camera kijkt de arts in uw schouder. Met speciale instrumenten verwijdert de arts de slijmbeurs en een beetje bot, net als bij de open operatie. Ook hier krijgt u daarna een verband en een mitella.

Hoe lang duurt de operatie?

De operatie duurt ongeveer een half uur.

Mogelijke complicaties (problemen die kunnen ontstaan)

Bij elke operatie kunnen problemen optreden, zoals:

- Bloedprop (trombose)
- Longontsteking
- Nabloeding
- Ontsteking van de wond

Gelukkig komen deze problemen niet vaak voor. Speciaal bij deze schouderoperatie kan het gebeuren dat de schouder na de operatie moeilijk beweegt door de pijn. Hierdoor kan de schouder stijf worden. Dit heet een frozen shoulder.

Oefening

Uitgangshouding oefening 1 t/m 4:

Ga met uw borstkas voorovergebogen staan, zodat de arm van de geblesseerde schouder naar beneden hangt. Zoek met de andere arm steun op een tafel.

1: Beweeg vanuit de schouder soepel, slinger rustig en binnen de pijngrens met de gestrekte geblesseerde arm naar voren en achteren, houdt dit 1 minuut lang vol;

2: Beweeg vanuit de schouder soepel, slinger rustig en binnen de pijngrens met de gestrekte geblesseerde arm naar binnen en buiten, houdt dit 1 minuut lang vol;

3: Met de gestrekt afhangende arm ontspannen cirkeltjes draaien vanuit de schouder, zowel links– als rechtsom, binnen de pijngrens, houd dit 1 minuut lang vol;

4: U gaat rechtop zitten met de voeten plat op de grond. U legt uw armen voor de buik over elkaar, de geopereerde arm ligt bovenop uw NIET geopereerde arm, zo ondersteunt u de geopereerde arm. U tilt de armen gezamenlijk omhoog tot de pijngrens, maximaal tot horizontaal (90 graden) en laat de armen daarna weer zakken. Dit herhaalt u in totaal 10 keer. Na een week mag u de arm verder omhoog bewegen.

Wanneer contact opnemen met de polikliniek Orthopedie

Krijgt u koorts of koude rillingen en wordt of is uw schouder rood, neem dan contact op met de polikliniek. Het kan zijn dat u een ontsteking aan de wond heeft.

Polikliniek Orthopedie

T 010 297 54 20



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.