Schouderkapsel inkorten

(arthroscopische ventrale stabilisatie)

Orthopedie

DIJKLANDER ZIEKENHUIS

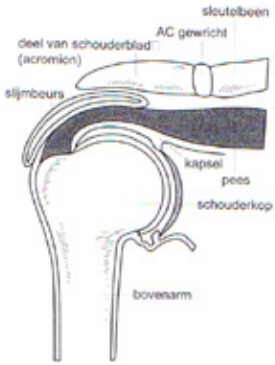
Inleiding

Binnenkort wordt u geopereerd aan uw schouder. Deze operatie heet een ventrale stabilisatie. Hierbij wordt een deel van het kapsel van de schouder losgemaakt en vervolgens weer strakker vastgehecht.

Een normaal gewricht

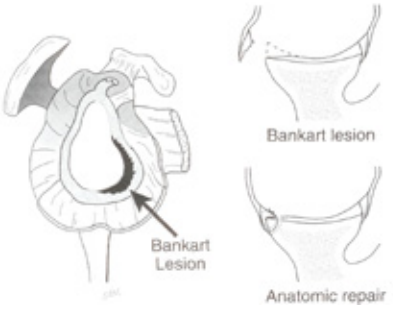
Het schoudergewricht bestaat uit de kop die gevormd wordt door de bovenarm en de kom van het schouderblad. Om het gewricht bevindt zich het kapsel en de spieren en pezen. Deze zorgen ervoor dat de kop in de kom blijft zitten.
Ter vergroting van de stabiliteit bestaat er een kraakbeenring om de kom van het schouderblad (labrum).

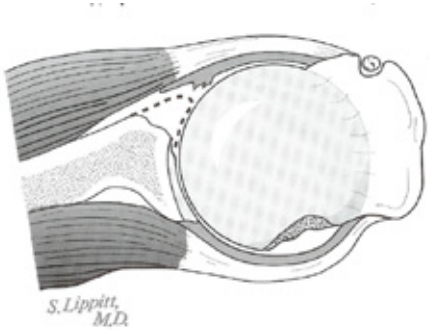
Het schoudergewricht



Een afwijkend gewricht

Wanneer de kop uit de kom is geschoten (=luxatie), kan het kapsel uitgerekt zijn. Wanneer het kapsel te ruim is geworden kan het uit de kom schieten met alledaagse bewegingen al gebeuren. De schouder is dan instabiel geworden. Het is ook mogelijk dat de schouder zonder luxatie instabiel is. Daarnaast is het mogelijk dat de kraakbeenring (labrum) gescheurd is. Dit noemt men een Bankart laesie.





De operatie datum

U heeft van ons een datum gekregen waarop u geopereerd gaat worden. Donderdag of vrijdag in de week voor de operatie wordt u gebeld door de opnameplanner, dan hoort u hoe laat u wordt opgenomen.
Let op: De datum en tijd zijn onder voorbehoud en kunnen **altijd**, zelfs op het laatste moment nog gewijzigd worden.

De operatie

Tijdens de operatie wordt het kapsel ingekort en eventueel de kraakbeenring hersteld. Hierdoor kan de kop niet meer uit de kom schieten.

Na de operatie

Er zijn 2 manieren van anesthesie (verdoven): de lokale en algehele methode. Na lokale verdoving is de arm nog gevoelloos. Het gevoel in de arm komt dan binnen 24 uur terug. Na een algehele verdoving is het gevoel snel terug.
De schouder kan in het begin gezwollen en pijnlijk zijn, maar daar kunt u medicijnen voor gebruiken.
U krijgt van de verpleging een schouderimmobilisatieverband aangemeten, waarin u de arm de eerste 4 weken moet laten rusten. Dit verband draagt u 24 uur per dag behalve tijdens het verzorgen.

De wond

De wond is in eerste instantie verpakt in een drukverband, dit moet u 48 uur laten zitten. Uw operateur informeert u over de verwijdering van de eventuele hechtingen.
Douchen mag als de wond droog is, zeep vermijden.

Ontslag

Afhankelijk van het herstel en uw omstandigheden gaat u dezelfde dag of de volgende naar huis.

Fysiotherapie

4 Weken na de operatie zult u moeten starten met oefeningen onder leiding van een fysiotherapeut. Het is daarom van belang dat u tijdig een afspraak maakt bij een fysiotherapeut in uw omgeving. Informatie voor uw behandelend fysiotherapeut over de oefentherapie krijgt u tijdens de opname uitgereikt.

De eerste 4 weken

De eerste 4 weken mag u de schouder niet bewegen (alleen circumductie/ slinger-oefeningen). Dit omdat het gehechte weefsel kwetsbaar is. Wel mag u zelf de hand en elleboog bewegen. Het schouderimmobilisatieverband mag alleen af met de verzorging en de oefeningen.
Gedurende deze periode zult u hulp in het huishouden nodig hebben, houdt hier rekening mee.

Na 4 weken

Na 4 weken mag het schouderimmobilisatieverband overdag af en mag u een sling gebruiken om de arm nog wat rust te geven. In deze periode mogen de actieve oefeningen gestart worden, maar mag het naar buiten draaien van de arm niet passief gebeuren (exorotatie). s'Nachts moet u het verband nog wel dragen. U mag lichte activiteiten onder schouderhoogte (bijvoorbeeld eten, wassen, schrijven e.d.) weer starten. Activiteiten met uw arm boven schouderhoogte en zwaardere activiteiten onder schouderhoogte (bijvoorbeeld tillen van zware voorwerpen) dient u nog te vermijden.
Autorijden is de eerste 6-8 weken niet toegestaan, daarna is het afhankelijk van het herstel van de functie en pijnklachten weer toegestaan.
Hervatten van werk is zeer afhankelijk van de persoonlijke situatie en zal in overleg met de orthopeed en fysiotherapeut plaatsvinden. Sporten is de eerste 6 maanden niet toegestaan, daarna in overleg.

Oefeningen vanaf de eerste dag

draaien van het Onderarm draaien Buigen en strekken
hoofd elleboog

Slingeroefening

Heeft u nog vragen?

Contact

Poli Hoorn: 0229 - 257821
dagelijks van 8.00 tot 17.00 uur
Poli Purmerend: 0299 - 457132
dagelijks van 8.00 uur tot 17.00 uur
Poli Enkhuizen: 0228 31 23 45

Zie ook www.Dijklander.nl/ Algemene informatie over orthopedische aandoeningen kunt
u vinden op internet bij www.orthopedie.nl; www.orthopeden.
org; www.zorgvoorbeweging.nl; of www.patientenbelangen.nl;

Locatie Enkhuizen
Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn
Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend
Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam
Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl

FLD-00716-NL 12-12-2022

DIJKLANDER ZIEKENHUIS