

# Arthroscopische schouder stabilisatie (Bankart repair)

## 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).

## 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 lesie.

## De operatie

Het doel van de operatie is het stabiel maken van het schoudergewricht. De operatie gaat met een kijkoperatie (=arthroscopie). De beschadigde kraakbeenring (labrum) met kapsel wordt teruggeplaatst op de rand van de schouderkom (glenoid). Deze operatie heet arthroscopische Bankart repair.

## Na de operatie

Na de operatie wordt u wakker in de uitslaapkamer (verkoeverkamer). Zodra u voldoende wakker bent en uw toestand het toelaat, komt de verpleegkundige u weer ophalen en brengt u terug naar de afdeling.

De verpleegkundige controleert regelmatig uw pols en bloeddruk.

Na de operatie voelt uw arm nog gevoelloos door de verdoving. Uw arm wordt na de operatie in de draagband (shoulder immobilizer) gedaan.

Uw schouder is in het begin nog gezwollen en pijnlijk. De zwelling kan als gevolg van de zwaartekracht uitzakken naar de onderarm en hand.

Wanneer u de pijn voelt opkomen, is het belangrijk om op tijd medicijnen tegen de pijn te vragen. Dit kunnen tabletten of een injectie zijn.

## Complicaties

Gelukkig zijn er na een schouderoperatie zelden complicaties. Er zijn echter altijd risico's verbonden aan een operatie. Dit zijn algemene complicaties en complicaties die alleen bij deze operatie horen.

### Algemene complicaties:

Beschadiging van een huidzenuw; omdat er sneden in de huid worden gemaakt, kan een huidzenuw beschadigd raken. Dit geeft een doof gevoel in een gedeelte van de huid. Meestal verdwijnen deze klachten in de loop van de tijd vanzelf. Soms zijn ze echter blijvend.

Nabloeding in het operatiegebied.

Wondinfectie in het operatie gebied. Dit is een vervelende complicatie, de kans hierop is echter erg klein.

Trombose en longembolie; omdat u tijdens en vlak na de operatie veel stil ligt in bed en dus minder beweegt, kan er een

verstopping van een bloedvat in het been (trombose) ontstaan. Trombose is herkenbaar aan een dikke en pijnlijke kuit. Wanneer dit niet behandeld wordt, kan er een stolsel naar de longvaten of hersenvaten schieten. Dit kan zeer ernstige gevolgen hebben. In het ziekenhuis krijgt u injecties om trombose te voorkomen.

### **Complicaties bij deze schouderoperatie:**

Luxatie van de schouder, dit is het uit de kom schieten van de schouder. U voorkomt dit door de arm in de draagband te dragen en de oefeningen van de fysiotherapeut goed te doen. Ook kan het ontstaan door een nieuw schouder ongeval. Minder beweging van de schouder (functiebeperking van de schouder). Dit ontstaat door het inkorten van het kapsel aan de voorzijde van de schouder en door littekenweefsel. Vooral bij het naar buiten draaien van de arm. Meestal geeft dit weinig problemen bij dagelijkse activiteiten.

Frozen shoulder = een stijve schouder. De schouder kan soms door littekenvorming stijf worden. Als u mag starten met de oefeningen is het belangrijk de oefeningen goed te doen. Zo voorkomt u dat u een frozen shoulder krijgt. Krijgt u last van een frozen shoulder en verbetert dit niet door intensieve fysiotherapie? Dan kan het zijn dat uw schouder onder narcose moet worden door bewogen.

Slijtage van de schouder. Op lange termijn bestaat er een kans op slijtage van het schoudergewricht. De reden is vaak een combinatie van het doorgemaakte ongeval en de operatie.

### **Hoe ziet uw nabehandeling eruit**

Na de operatie draagt u uw arm 4 weken in de sling. De arm mag alleen uit de sling voor pendel oefeningen, het buigen en het strekken van de elleboog en het douchen. Een pendel oefening is het ronddraaien van een gestrekte hangende arm. Tijdens het douchen mag u uw arm niet omhoog bewegen of draaien.

Na 4 weken start u met fysiotherapie en volgt u het oefenprogramma van de fysiotherapeut.

Na 4 maanden start u met bovenhandse kracht oefeningen. Denk hierbij aan het gooien van een bal.

De eerste 6 maanden na de operatie mag u niet aan contactsporten doen.

Oefeningen vanaf de eerste dag