

Inleiding

Het sleutelbeen maakt een verbinding met het schouderdak. Het kraakbeen tussen het sleutelbeen en de schouderdak kan slijten. Dit geeft pijn en soms een zwelling boven op de schouder. Een versleten sleutelbeen kan op 2 manieren worden behandeld.

- 1) Een cortison injectie in het sleutelbeengewricht. De pijn wordt minder en gaat soms helemaal weg. Maar als de injectie uitwerkt, is de pijn ook weer terug.
- 2) Operatie van het sleutelbeengewricht. Bij de operatie wordt het versleten deel van het sleutelbeen weggehaald. Op deze manier ontstaat er weer ruimte in het gewricht tussen het sleutelbeen en het schouderdak. Hier ontstaat dan littekenweefsel, een soort nieuwe stootkussen.

Wat gebeurt er voor en na de operatie?

Polikliniek

Tijdens uw bezoek aan de polikliniek bespreekt de orthopedisch chirurg met u de operatie en de daaraan verbonden verwachtingen en risico's. Bij de anesthesiemedewerker krijgt u aanvullende informatie over de narcose, verdoving en de opname in het ziekenhuis.

U kunt altijd bellen met de polikliniek orthopedie als u nog meer vragen heeft.

De opname

U wordt opgenomen op de dag van de operatie. De operatie vindt plaats in dagbehandeling. Dit betekent: u mag dezelfde dag weer naar huis. Let op: de eerste avond moet er iemand thuis zijn, u mag niet alleen zijn.

Verdoving

De operatie van de schouder wordt onder algehele narcose uitgevoerd. Vaak wordt ook de zenuw van de schouder verdoofd. De anesthesist zal dan vlak voor de narcose de zenuw van de schouder verdoven. U krijgt dan een prik in de buurt van de hals. Na de operatie voelt de arm slap en doof. Het gevoel en de beweging komt vaak in de nacht terug. Soms pas de volgende dag. Het is belangrijk om de pijnstillers op tijd in te nemen. Bijvoorbeeld als u gaat slapen, zodat u niet wakker wordt van de pijn.

Na de operatie

Na de operatie is de arm in sommige gevallen nog gevoelloos door de verdoving. Het gevoel in uw arm is meestal binnen 24 uur terug. U krijgt een schouderbrace voor rust.

Praktische tips

U mag het verband na 2 dagen afdoen. De dunne pleisters (zwaluwstaartjes) mogen 2 weken op de wond blijven. De wondjes mogen na 2 dagen nat worden. U mag met de zwaluwstaartjes douchen. De wond mag u na het douchen droogdeppen. U kunt een extra pleister over de zwaluwstaartjes plakken. U mag gewoon douchen en de arm optillen om ook onder de oksel te wassen.

Veel mensen hebben pijn in de schouder als ze helemaal platliggen. Als u halfzittend slaapt, met veel kussens in de rug, dan is de pijn in de schouder minder.

Schouderbrace

U mag de vingers, pols en elleboog vrij bewegen. U mag de schouderbrace elke dag afdoen en oefenen met de schouder. Probeer 4 keer per dag de oefeningen te doen en als het geen pijn doet, dan mag u meer dan 4 keer per dag oefenen.

U mag na 2 weken ook zonder schouderbrace slapen. Veel mensen vinden het fijn om de arm onder een shirt te dragen tijdens het slapen.

Als de brace niet lekker zit, dan mag u ook een blauwe sling dragen.

Genezing

Na 6 weken zijn de wonden goed genezen. De schouderpijn is nog niet helemaal weg. U gaat de kracht van de schouder opbouwen. Hierdoor kan de schouderpijn weer erger worden. U mag de schouder niet overbelasten. Neem daarom voldoende rust als de pijn weer erger wordt. De totale genezing duurt vaak zes maanden. Probeer de eerste 6 maanden tillen boven de schouderhoogte zo veel mogelijk te vermijden

Pijn

Zeker de eerste 2 weken doet de schouder aardig pijn. Het is belangrijk om uw tabletten in te nemen. Hieronder ziet u een voorbeeld van een pijnschema:

- Begin met paracetamol, diclofenac + maagbeschermer, tramadol.
- Slik de medicijnen op een vast tijdstip.
- Als de pijn minder wordt, dan stopt u eerst met de tramadol.
- Na een paar dagen met de diclofenac en de maagbeschermer.
- Als laatste stopt u met de paracetamol.

De recepten voor de medicijnen worden via de computer naar de Zaanapotheek gestuurd. U kunt deze ophalen na de operatie. Als u thuis bent en de medicijnen zijn op en u wilt nog meer tabletten, dan kunt u bellen met de polikliniek orthopedie. We sturen dan een recept naar uw eigen apotheek.

Fysiotherapie na de operatie

Na de operatie begint u met fysiotherapie. In het operatieverslag staat wat er precies is gebeurd en welke oefeningen u mag doen. U mag 2 dagen na de operatie starten met fysiotherapie.

Poliklinische controle

Acht weken na de operatie komt u voor controle bij de orthopedie-assistent op de polikliniek. Na de operatie krijgt u de afspraak mee naar huis.

Complicaties

Er is een kans op infectie na de operatie. Daarom krijgt u tijdens de operatie antibiotica via het infuus. De kans op een bloeding is klein en de kans op beschadiging van een zenuw is ook klein.

Soms kan de schouder na de operatie stijf worden (frozen shoulder). Met rust of een cortison injectie gaat dit over.

Vragen?

Heeft u algemene vragen? Dan kunt u de polikliniek Orthopedie bellen op nummer:

075 65065 (ma t/m vrij 8.30 uur – 16.30 uur)

Heeft u vragen na uw operatie of opname? Neem dan contact op met de afdeling Orthopedie op nummer: **075 6502317**