Cuffrepair

Door slijtage, trauma (bijvoorbeeld door een ongeluk) of een combinatie daarvan kan er een scheur ontstaan in de rotator cuff. Dit is het gebied met spieren en pezen rondom het schoudergewricht.

Het hechten van de gescheurde cuff heet een cuffrepair. Deze ingreep vindt plaats door middel van een kijkoperatie. Hierbij hoeft de schouder niet helemaal open, maar opereert de orthopedisch chirurg via een aantal kleine sneetjes.

Voorbereiding

Regel hulp vooraf

We raden u aan om vast voor uw opname in het ziekenhuis stil te staan bij de vraag of u na de operatie thuis voldoende opvang zult hebben. De eerste 6 weken na de operatie heeft u **dag en nacht** een armsling om, waardoor u de geopereerde arm zeer beperkt kan gebruiken. Dit betekent dat u na de operatie gedeeltelijk aangewezen bent op hulp van anderen bijvoorbeeld voor het huishouden en uw boodschappen. Ook heeft u wellicht hulp nodig bij uw dagelijkse verzorging.

Regel ook uw vervoer naar huis. Na de operatie kunt u niet zelf rijden.

Fysiotherapie

Ook als u weer thuis bent, heeft u nog fysiotherapie nodig. Neem vóór uw opname contact op met een (schouder)fysiotherapeut, zodat hij/zij ruimte voor u kan reserveren in de planning.

Overgevoeligheid/allergie

Geef het altijd aan ons door als u overgevoelig of allergisch bent voor bepaalde medicijnen of andere stoffen, bijvoorbeeld voor jodium of pleisters.

Roken

Roken vertraagt de wond- en botgenezing. Om complicaties te voorkomen, raden wij u sterk aan om tenminste 2 weken voor de operatie en tenminste 3 weken na de operatie te stoppen met roken.

Gebruik van bloedverdunnende medicijnen

Als u bloedverdunnende medicijnen gebruikt dan moet u hier, in overleg met uw arts, voor de ingreep soms tijdelijk mee stoppen. Uw arts geeft aan hoelang van tevoren u met de medicijnen moet stoppen. Het is belangrijk dat u ook aan de trombosedienst doorgeeft dat u een aantal dagen met uw medicijnen stopt. Voor de

ingreep controleren we uw bloed. Is uw bloed dan nog te dun, dan kan de ingreep niet doorgaan en plannen we met u een nieuwe afspraak.

Voorbereiding opname

Meenemen naar het ziekenhuis

U wordt in principe opgenomen op de dag van de operatie en verblijft een nacht in het ziekenhuis. Lees meer informatie over uw opname bij Voorbereiding opname (https://www.antoniusziekenhuis.nl/patienten-en-bezoekers/uw-dagbehandeling/uw-dagbehandeling-met-operatie/voorbereiding-opname). Hier staat onder andere ook welke spullen u nodig heeft in het ziekenhuis.

Make-up

Zorg ervoor dat u geen make-up draagt (ook geen nagellak).

Eten en drinken (nuchter zijn)

Het is noodzakelijk dat u voor de operatie een bepaalde periode niet eet of drinkt ('nuchter' blijft). Dit geldt als u narcose, een ruggenprik of een zenuwblokkade krijgt. Als u niet nuchter bent tijdens de ingreep, is de kans groter dat er tijdens de ingreep eten en drinken uit uw maag in uw longen terechtkomt. Dit kan leiden tot een ernstige longontsteking. Het is dus belangrijk dat u zich aan onderstaande voorschriften houdt. Als u niet nuchter bent, zullen wij er voor uw veiligheid voor kiezen om de operatie niet door te laten gaan.

Houd u aan de onderstaande voorschriften:

- **Tot 6 uren voordat u in het ziekenhuis moet zijn, mag u 1 of 2 beschuitjes met jam eten.**

Dit betekent dat als u zich bijvoorbeeld om 08.00 uur 's morgens in het ziekenhuis moet melden, u vanaf 02.00 uur 's nachts niets meer mag eten. Moet u zich bijvoorbeeld om 14.00 uur 's middags melden, dan mag u vanaf 08.00 uur 's morgens niets meer eten.

- **Tot 2 uren voordat u in het ziekenhuis moet zijn, mag u heldere vloeistoffen drinken. Dit zijn: water, appelsap en thee ZONDER melk. Koffie zonder melk is ook toegestaan.**

Dit betekent dat als u zich bijvoorbeeld om 08.00 uur 's morgens in het ziekenhuis moet melden, u vanaf 06.00 uur 's morgens niets meer mag drinken. De afgesproken medicatie mag u wel met een slokje water innemen op de dag van de operatie.

Als u al bent opgenomen in het ziekenhuis en de volgende dag wordt geopereerd, dan zullen de zorgverleners op de afdeling u laten weten vanaf hoe laat u niet meer mag eten en drinken.

Behandeling

Op de dag van de operatie komt u naar de afdeling. Een laborant zal bloed bij u afnemen voor onderzoek. De verpleegkundige neemt de verpleegkundige anamnese samen met u door, om te kijken of alle gegevens nog correct zijn. Vanaf de opnamezaal gaat u naar de operatiekamer.

Van de verpleging krijgt u speciale operatiekleding. Sieraden, prothesen, lenzen, gehoorapparaten laat u bij uw

spullen op de afdeling. Deze spullen worden tijdelijk voor u bewaard, na de operatie komen uw spullen naar de zaal waar u de resterende periode verblijft. Daarna wacht u op het moment dat u naar de operatiekamer gaat voor de operatie. Op de operatiekamer krijgt u een plaatselijke verdoving en wordt u onder narcose gebracht. Daarna volgt de ingreep.

Verdoving

De operatie vindt plaats onder algehele narcose. Daarnaast verdoven we in de meeste gevallen de zenuwen naar de arm vlak voor de operatie met lokale verdoving. Dit heeft heeft voor u als voordeel dat u genoeg heeft aan een lichtere narcose en u heeft de eerste uren/nacht na de operatie minder pijn.

De ingreep

Er worden verschillende portals (kleine snee) gemaakt waardoor met een camera in het gewricht gekeken kan worden. Via andere portals worden instrumenten ingebracht, om tijdens de procedure niet alleen te kijken maar ook gelijk te opereren.

Om de pees weer aan het bot te bevestigen worden kleine ankers met hechtdraden in het bot gezet. Met behulp van deze draden kan het afgescheurde weefsel weer aan het bot worden vastgehecht.

Bekijk ook de volgende video's:

- Cuffrepair (https://www.arthrex.com/resources/animation/sjjbs_kEEeCRTQBQVoRHOw/speedbridge)
- Cuffrepair voorzijde (https://www.arthrex.com/resources/animation/eomAUZziXUyKpAFXuTlqcw/subscapularis-speedfix-technique)

Na de operatie

Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer. Hier blijft u ongeveer anderhalf uur, tot alle controles laten zien dat uw toestand stabiel is.

Als u terug op de afdeling terugkomt, hebt u:

- een infuus, voor de toevoer van vocht;
- pleister op de wondjes;
- omdat u een pijnblokkade heeft gehad voor de operatie, wordt bij terugkomst op afdeling direct een eigen T-shirt aangedaan om smetten in oksel te voorkomen, daarover draagt u een sling.

Als u niet misselijk bent, mag u eten en drinken.

Nazorg

Dag van ontslag

- Het kan zijn dat uw arm nog gevoelloos is door de verdoving. Het gevoel komt meestal binnen 24 uur terug.
- De verpleegkundige helpt u met de lichamelijke verzorging. U wordt aangemoedigd u zoveel mogelijk zelfstandig te wassen.

- Een van de zaalartsen komt vandaag bij u langs.
- De operatiewond wordt beoordeeld.
- De fysiotherapeut komt bij u langs om oefeningen en adviezen door te nemen.

U krijgt het volgende mee

- Een afspraak voor het verwijderen van de hechtingen (tot die tijd mag u niet douchen in verband met de kans op een infectie);
- Een afspraak voor controle bij de orthopeed;
- Een verwijsbrief en overdracht voor uw fysiotherapeut;
- Pijnstilling;
- De verpleegkundige neemt de leefregels voor thuis met u door, en geeft u een boekje waar deze leefregels in staan.

Herstel na uw operatie

De hoeveelheid pijn na een cuffrepair is erg wisselend. Als u veel pijn ervaart mag u een extra pijnstiller nemen naast een standaarddosering. De pijn neemt binnen enkele weken af. De volledige genezing duurt enkele maanden. In die periode kunt u uw schouder langzaamaan steeds verder bewegen en meer belasten.

Belasting van uw schouder
De volledige genezing duurt enkele maanden. In die periode kunt u uw schouder langzaamaan steeds verder bewegen en meer belasten.

De eerste zes weken na de operatie heeft de schouder rust nodig en moet u dag en nacht een sling gebruiken. Dit is een band die uw arm ondersteunt en uw schouder rust geeft. U verwijdert deze alleen bij zelfverzorging en tijdens het oefenen. De verpleegkundige/fysiotherapeut helpt u bij het verwijderen en weer plaatsen van de sling en leert u aan hoe u dit thuis zelf kunt doen.

Na 6 weken mag u het dragen van de sling gaan afbouwen.

Bij de uitbreiding van de bewegingen wordt u begeleid door een (schouder)fysiotherapeut. De eerste paar weken na het verwijderen van de sling is het verstandig de geopereerde arm alléén te gebruiken voor lichte activiteiten onder schouderhoogte (zoals eten, wassen en schrijven). Activiteiten met uw arm boven schouderhoogte en zwaardere activiteiten onder schouderhoogte (bijvoorbeeld tillen van zware voorwerpen) moet u nu nog vermijden.

Vanaf 3 maanden na de operatie
U kunt langzaamaan weer boven schouderhoogte proberen te oefenen. U mag proberen om zwaardere activiteiten onderschouderhoogte te verrichten.

Fysiotherapie

U start de eerste dag na de operatie met het oefenprogramma onder leiding van de fysiotherapeut van het ziekenhuis. De fysiotherapeut legt u uit hoe u de oefeningen moet uitvoeren, zodat u ze daarna thuis zelfstandig kunt uitvoeren. Hoe ver u mag gaan, leert u van de fysiotherapeut.

De sling

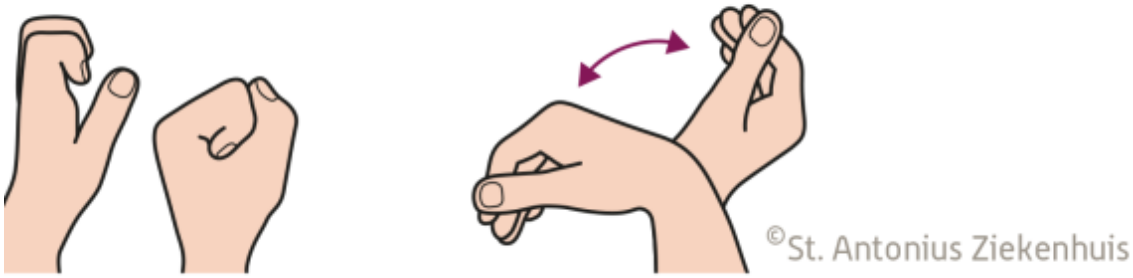
- Als uw arm in de (anti-rotatie)sling zit, moet de hand hoger hangen dan de elleboog. Dit is om het dikker worden van de hand tegen te gaan.
- We raden u aan minimaal drie maal per dag te oefenen, waarbij u de elleboog, pols en hand beweegt terwijl u de sling los heeft.
- Probeer tijdens de eerste weken na de operatie een goede houding aan te nemen; let erop dat u niet scheef gaat zitten of de schouder ter ver naar voren houdt in vergelijking met de andere schouder.
- U mag in de periode dat u de sling moet dragen niet steunen met de geopereerde arm, bijvoorbeeld bij het opstaan uit de stoel.

Het oefenen

Tijdens het oefenen en bij het wassen en aankleden kunt u de arm uit de sling halen. U mag het volgende doen: slinger- en zwaaibewegingen maken en oefeningen voor elleboog, pols en vingers. Denk daarbij aan het volgende:

- Oefen minimaal drie keer per dag.
- Vaak en kort oefenen is beter dan minder vaak en lang.
- Oefen vaak voor de spiegel en let daarbij op de hoogte van de schouder.
- In de eerste weken is de manier waarop u beweegt belangrijker dan de grootte van de beweging.
- De pijn wordt in de loop van een aantal dagen duidelijk minder.
- Tijdens de oefeningen mag u pijn hebben, maar deze moet snel verdwijnen als u stopt met oefenen.

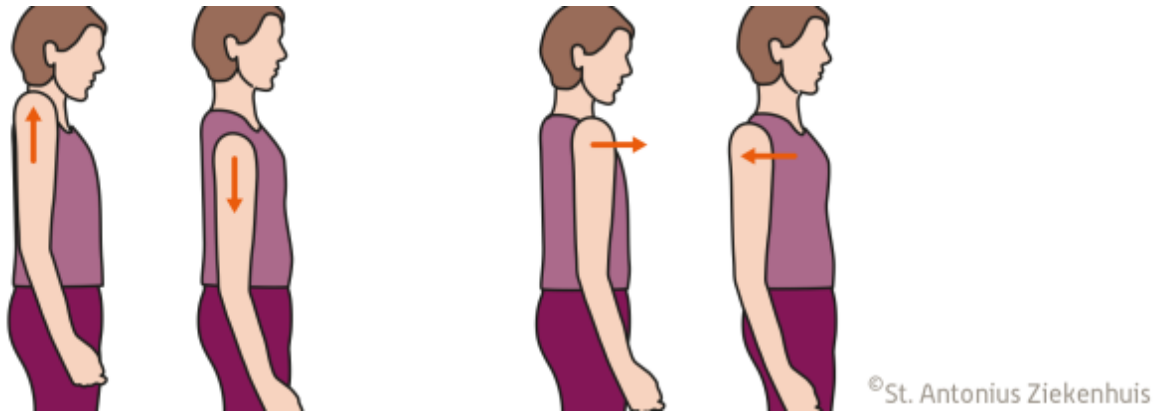
Actief oefenen van hand en pols



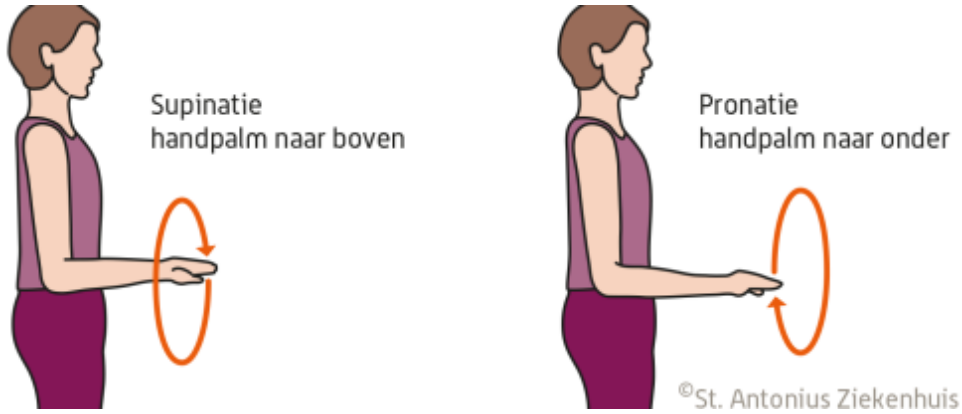
Actief oefenen van de elleboog: strek en buig de elleboog



Beweeg de schouders omhoog en naar beneden, naar voren en achteren



Onderarm draaien: 'geld ontvangen' en 'geld uitgeven'



Buig naar voren met de romp en draai kleine cirkels met de arm



Tips voor zelfverzorging

- Als u de oksel wilt wassen, kunt u dit het beste doen zoals in oefening 4: voorovergebogen en de arm ontspannen laten hangen, waardoor de oksel vrijkomt.
- Het aantrekken van een shirt doet u het beste vanuit de voorovergebogen positie in de volgorde: eerst uw ontspannen aangedane arm, dan u hoofd en tenslotte uw niet-aangedane arm.

Controlemomenten

Twee weken na de operatie komt u op de polikliniek voor controle en verwijderen we de hechtingen. De tweede controle vindt plaats na zes weken. Uw orthopeed zal dan met u de verdere uitbreiding van uw activiteiten bespreken.

Complicaties

Elke operatie brengt een zeker risico met zich mee. Er bestaat bij deze operatie een heel kleine kans op de volgende complicaties:

- nabloeding
- infectie
- ontstekingsreactie van het kapsel
- uitscheuren van de hechting

Contact opnemen

Heeft u na de behandeling problemen of dringende vragen? Neem dan gerust contact met ons op. Op werkdagen van 9.00 tot 16.30 uur belt u naar Orthopedie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/specialismen/orthopedie). Buiten werktijden: belt u de huisartsenpost.

Neem in de volgende gevallen sowieso contact met ons op:

- Hoge koorts;
- Ontsteking van de wondjes (rood troebel vocht uit de wondjes, warme schouder).

Meer informatie

Patiëntenervaring

- Nico Dekker onderging deze ingreep. Lees hier over zijn ervaring met de cuffrepair (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/2586).

Websites

Ga voor aanvullende informatie naar:

- De Nederlandse Orthopaedische Vereniging (https://www.orthopeden.org/)

Bekijk de volgende video's:

- Cuffrepair (https://www.arthrex.com/resources/animation/sjjbs_kEEeCRTQBQVoRHOw/speedbridge)
- Cuffrepair voorzijde (https://www.arthrex.com/resources/animation/eomAUZziXUyKpAFXuTlqcw/subscapularis-speedfix-technique)

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Cuffruptuur (gescheurde schouderpees) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie/aandoeningen/cuffruptuur-gescheurde-schouderpees)

Behandelingen & onderzoeken

- Fysiotherapie na een schouderoperatie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/fysiotherapie/fysiotherapie-na-een-schouderoperatie)

Specialismen

- Orthopedie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/orthopedie)
- Fysiotherapie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/fysiotherapie)

Contact Orthopedie **T 088 320 23 00**