

## Neerplastiek

### Uitleg over neerplastiek

Bij een neerplastiek wordt een benige belemmering uit het schoudergewricht weggenomen. Deze benige belemmering staat een goede en pijnloze beweging in de weg (painfull arc) en kan op den duur een beschadiging van de pezen rondom het schoudergewricht veroorzaken. We spreken dan van een cuffscheur. Indien dit het geval is, wordt deze gehecht (cuffrepair).

Soms is het mogelijk een eenvoudige neerplastiek via een kijkoperatie (arthroscopisch) te verrichten.

### De operatie

Via een snee ( $\pm 6$  cm) boven de schouder wordt de grote schouder spier losgemaakt en na het verwijderen van een stukje bot,- de benige belemmering- weer vastgehecht. Indien nodig wordt ook de cuffscheur gehecht. De wond wordt gesloten en soms wordt een redonse drain (slangetje voor afvoer) achtergelaten. De wond wordt gehecht en afgedekt met een pleister. De operatie duurt ongeveer 45 minuten.

In sommige gevallen is het mogelijk de operatie arthroscopisch (via een kijkoperatie) te doen. Er worden dan 3 kleine sneetjes gemaakt in plaats van 1 grotere. Het principe van de operatie blijft hetzelfde maar de herstelperiode kan hierbij beduidend korter zijn. Na de operatie mag u alles met de arm doen voor zover de pijn dat toelaat. Wel geldt dat u pas mag douchen als de wondjes droog zijn.

De orthopedisch chirurg zal met u bespreken voor welke manier van opereren u in aanmerking komt.

### Verdoving

Voorafgaand aan de operatie heeft u een afspraak bij de anesthesioloog op de polikliniek. De anesthesioloog bespreekt met u de wijze van verdoven tijdens de operatie. Er zijn twee mogelijkheden:

- Algehele narcose
- Plaatselijke verdoving met een slaapmiddel, zodat u slaapt. Bij deze plaatselijke verdoving (pijnblok) krijgt u een injectie onder in de nek waardoor de gehele arm, op de hand na, gevoelloos wordt. De arm kan na de operatie zo'n 12-24 uur gevoelloos blijven.

### Medicijnen

De anesthesioloog spreekt met u af welke eigen medicijnen u voor de operatie moet blijven gebruiken.

De anesthesioloog komt op de opnamedag in principe niet meer bij u langs. Mocht u vragen hebben of zijn er veranderingen in uw gezondheid, meld dit bij de verpleging. Zij zullen een afspraak voor u maken met de anesthesioloog.

### Belangrijk:

Vertel de orthopeed en anesthesioloog vóór de operatie:

- of u antistollingsmiddelen gebruikt (bijvoorbeeld acenocoumarol)
- of u overgevoelig bent voor medicijnen, jodium, pleisters
- of u diabetes mellitus heeft
- u zwanger of mogelijk zwanger bent

### Is de operatie pijnlijk?

De schouder kan vooral de eerste dagen na de operatie pijnlijk zijn. Hiervoor kunt u paracetamol gebruiken. U krijgt een recept voor pijnstillers mee, mocht de paracetamol niet voldoende helpen.

### Wat neemt u mee voor een opname?

Tijdens uw verblijf in het ziekenhuis beschikt u over een afsluitbare garderobekast. Hierin kunt u uw kostbare spullen opbergen. Toch adviseren wij u dringend om zo weinig mogelijk geld of andere waardevolle spullen mee te nemen. Het BovenIJ ziekenhuis is niet aansprakelijk voor verlies of diefstal van uw eigendommen.

Neem alleen het noodzakelijke mee, zoals:

- Toiletartikelen, nachtkleding, ondergoed, makkelijke kleding voor overdag, pantoffels of slippers.
- Alle medicijnen die u thuis gebruikt in de originele verpakking.
- Een lijst van alle medicijnen die u nu gebruikt. Dit actuele medicatie overzicht kunt u gratis ophalen bij uw apotheek.
- Verzekeringspasje, identiteitsbewijs en patiëntenplaatje.
- Contant geld voor het gebruik van de rolstoelen voor het vervoer in het ziekenhuis, voor het afsluiten van de garderobekast of het kopen van een tv-kaart. Kijk voor de actuele tarieven op onze website.

### Wie neemt u mee?

Wij willen de rust en de privacy voor de andere patiënten garanderen. Daarom vragen wij u om:

- Door één persoon gebracht of gehaald te worden.
- De persoon die met u meekomt buiten de afdeling te laten wachten tot u klaar bent.

## Dag van de operatie

Op de dag van de operatie meldt u zich nuchter bij de afgesproken verpleegafdeling.

### Vorbereiding thuis

#### Nuchter

U moet tijdens de operatie 'nuchter' zijn om braken tijdens en na de operatie te voorkomen. Dit betekent: tot 6 uur voordat u geopereerd wordt, is het toegestaan om gewoon te eten en te drinken, maar géén extreem vette maaltijden. U mag zelfs gewoon helder vloeibaar blijven drinken tot 2 uur voordat u geopereerd wordt. Heldere suikerhoudende dranken zoals appelsap, limonade, thee met/zonder suiker en sportdranken zijn toegestaan, net als koffie met/zonder suiker. Tandpoetsen mag ook.

Niet toegestaan zijn melkproducten of vruchtvlees bevattende vruchtensappen. Ook is het niet toegestaan om kauwgom te eten omdat dat de speekselproductie stimuleert en daarmee dus de hoeveelheid van de maaginhoud beïnvloedt.

Het is niet altijd van tevoren bekend hoe laat u precies aan de beurt bent voor de operatie. Wanneer u niet weet hoe laat u wordt geopereerd, houd dan het tijdstip van opname aan. De precieze richtlijnen vindt u in de brochure 'Anesthesie' die u krijgt bij uw bezoek aan de anesthesist.

### Roken

Het is verstandig op de dag van de operatie niet te roken. De ademhalingswegen van rokers zijn vaak geïrriteerd en daardoor gevoeliger voor ontstekingen, tevens stimuleert roken de maagzuurproductie. Bovendien kan hoesten na de operatie erg pijnlijk zijn.

### Lichamelijke verzorging

Om wondinfectie achteraf te voorkomen, is het belangrijk dat u het operatiegebied van tevoren thuis niet zelf scheert. Indien nodig, gebeurt dit in het ziekenhuis. Zorg ervoor dat uw huid schoon is wanneer u naar het ziekenhuis komt. Verwijder make-up, nagellak én piercings. Sieraden en andere kostbaarheden kunt u beter thuislaten.

### Vorbereiding in het ziekenhuis

U krijgt medicatie voor pijnstilling.

### Na de ingreep

Als u zich na de ingreep goed voelt, kunt u voorzichtig oplopen. Het kan zijn dat u wat duizelig bent. De dag na de ingreep komt de fysiotherapeut de arm voorzichtig oefenen.

### Naar huis

Als u zich goed voelt en u thuis voldoende hulp heeft, kunt u dezelfde dag of de volgende dag naar huis. De pijn moet draaglijk zijn en de wond niet te veel lekken (wondvocht, bloed). U krijgt bij ontslag het volgende mee:

- Een recept voor pijnstilling
- Instructies van de fysiotherapeut voor het oefenen van uw arm
- Een afspraak voor het verwijderen van de hechtingen tijdens de poliklinische controle bij de polikliniek verpleegkundige (ongeveer twee weken na de operatie)

### Vervoer naar huis

U mag 24 uur na de ingreep niet zelf aan het verkeer deelnemen. Zorg dat iemand u die dag kan ophalen.

## Instructies en adviezen

**U werkt thuis verder aan uw herstel. Wij helpen u daarbij met deze instructies en adviezen.**

Het is belangrijk dat u voor de opname in het ziekenhuis een aantal zaken regelt. Houdt u er rekening mee dat u 2 tot 6 weken (afhankelijk van uw situatie) niets met uw arm mag doen.

### Mobiliteit

- Na een neerplastiek: u mag de schouder de eerste twee weken niet actief heffen
- Is een cuffscheur hersteld (en gehecht)? U mag de schouder zes weken niet actief heffen
- Na een scopische neerplastiek: u mag meteen actief heffen

Bepaalde bewegingen zijn niet toegestaan. Dit kan betekenen dat u:

- niet zelf al uw kleren uit of aan kunt doen
- wanneer u zich wast, niet overal bij kunt
- geen boodschappen kunt dragen
- geen huishoudelijk werk kunt doen, zoals stofzuigen, ramen lappen, de was ophangen
- geen aardappels kunt afgieten met één arm of uw vlees snijden

### Kleding

Bedenk dat makkelijk zittende kleding u helpt bij het aan en uittrekken zoals:

- een shirt met knopen is makkelijker aan te trekken dan een shirt dat over u hoofd gaat
- een joggingbroek gaat gemakkelijker omhoog of omlaag dan een spijkerbroek met rits en knoop
- draag bij voorkeur een hemdje in plaats van een BH

### Hulp in huis

Bent u alleen thuis, probeer dan of familieleden u kunnen helpen, of dat u bij familie kunt logeren. Mocht dit niet lukken, dan kan eventueel de thuiszorg ingeschakeld worden. U kunt dit aangeven tijdens het opnamegesprek met de verpleegkundige. Indien de omstandigheden zo zijn dat u zich thuis niet kunt redden, dan kan plaatsing in een verpleeghuis een oplossing zijn. De transfer verpleegkundige kan u hierover informeren.

### Fysiotherapie

Na de periode waarin u de arm niet mag gebruiken gaat u met begeleiding van de fysiotherapeut de arm steeds meer oefenen. Omdat dit zeer zorgvuldig moet gebeuren kan het lang duren, voordat u de arm weer goed kunt gebruiken. Bij een cuffherstel tot wel 6 maanden.

U dient zelf een afspraak te maken met een fysiotherapeut voor de revalidatie na uw opname. De fysiotherapeut in het ziekenhuis geeft een overdracht mee voor uw eigen fysiotherapeut.

### Douchen

Als de wond droog is, dus niet lekt, mag u kortdurend douchen. Bij een droge wond is een pleister niet nodig. Het kan zijn dat u het prettiger vindt wel een pleister op de wond te doen in verband met het schuren van de kleding over de wond of een BH bandje wat erover gaat.

## Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Neem contact met ons op via een van deze telefoonnummers of bel uw huisarts. U kunt ook onze website raadplegen.

## Bent u verhinderd?

Heeft u een belangrijke reden waarom u niet kunt komen op uw opnamedag? Bel dan het patiënten service bureau. Bel zo snel mogelijk, maar uiterlijk 24 uur voor uw afspraak. Anders brengen wij u helaas een wegblijftarief in rekening. Kijk op onze website voor het actuele tarief.

## Telefoonnummers BovenIJ ziekenhuis

Hoofdreceptie	020 - 634 6346
Polikliniek orthopedie	020 - 634 6556
Polikliniek anesthesiologie	020 - 634 6287
Verpleegafdeling orthopedie	020 - 634 6435
Afdeling fysiotherapie	020 - 634 6157
Medisch maatschappelijk werk	020 - 634 6153

## Adres BovenIJ ziekenhuis

### Bezoekadres

Statenjachtstraat 1  
1034 CS Amsterdam

### Postadres

Postbus 37610  
1030 BD Amsterdam