INFORMATIE OVER

Kruisbandrecontructie (voorste) tips en adviezen voor operatie

Voor uw operatie kunt u zich voorbereiden. Lees onderstaande tips en adviezen voor uw operatie.

- Houd er rekening mee dat u de eerste 6 weken na ontslag uit het ziekenhuis nog niet veel zonder hulp kunt doen, omdat u met krukken loopt. Regel van tevoren hulp, als u dit nodig heeft.
- Regel van tevoren 2 krukken en neem deze mee naar het ziekenhuis. Zo heeft u na de operatie genoeg steun bij het lopen. Krukken kunt u huren van het BovenIJ ziekenhuis of bij uw thuiszorgorganisatie.
- Als u een goede conditie heeft, herstelt u sneller na de operatie. Stop met roken: dit vermindert de kans op problemen met de longen na de operatie en de wond zal beter genezen. Denk ook aan uw gewicht. Overgewicht is extra zwaar voor uw knie. Voor informatie over gezonde voeding en stoppen met roken kunt u terecht bij de rook-stop-polikliniek van het BovenIJ ziekenhuis.
- Voor de operatie moet u nuchter naar het ziekenhuis komen. Bij een volle maag kan de inhoud van uw maag tijdens de operatie in de luchtpijn en de longen terechtkomen. Dit is gevaarlijk voor uw gezondheid. Nuchter zijn betekent dat u vanaf 0.00 ’s nachts niks meer mag eten. U mag nog wel drinken; water, heldere appelsap, aanmaaklimonade of koffie en thee zonder melk. Heeft u suikerziekte? Dan drinkt u allen water. Lees meer over eten en drinken voor een operatie.
- Gebruikt u medicijnen? Deze mag u wel innemen. Dat geldt niet voor bloedverdunners, medicijnen voor diabetes en pijnstillers. Neem uw medicijnen wel mee naar uw afspraak.
- Laat sieraden (zoals oorbellen, ketting of piercings) thuis. U mag deze niet dragen in de operatiekamer.
- Om infectie van de wond te voorkomen, is het belangrijk dat u uw voeten van tevoren thuis niet scheert. Als het nodig is, wordt dit in het ziekenhuis gedaan.
- U maakt van tevoren een afspraak met een fysiotherapeut bij u in de buurt voor de revalidatie na uw opname. De fysiotherapeut in het ziekenhuis geeft een overdracht mee voor uw fysiotherapeut.

- U blijft 1 nacht slapen in het ziekenhuis, dus neem een pyjama en toiletspullen mee.
- U mag niet zelf naar huis rijden, zorg ervoor dat iemand u komt ophalen.
- In het digitale patiëntenportaal Mijn BovenIJ bekijkt u uw persoonlijke medische gegevens en afspraken.

Afdelingen

Orthopedie polikliniek

Telefoonnummer	020-634 6556
Route	20

https://www.bovenij.nl/aandoening-behandeling/nieuwe-kruisband-voorste/kruisbandrecontructie-voorste-tips-en-adviezen-voor-operatie
Deze download is gemaakt op 31-10-2026 om 13.04 uur.