



Sint Maartenskliniek

Revalidatie na Enkel-/Voetoperatie

Na een enkel/voet operatie kun je zes weken na je operatie bij de Sint Maartenskliniek een kort intensief revalidatiebehandelprogramma volgen van 2,5 week. Deze revalidatie is gericht op beter staan en lopen na een operatie aan je benen. Hierbij krijg je een spalk die je voet ondersteunt en je krijgt looptraining.

Als je door Cerebrale Parese (CP) of een andere aandoening o.a. last hebt van spasticiteit en/of een standsverandering van de voet/enkel, kun je hierdoor tijdens de groei meer beperkingen ondervinden. In je groei veranderen de verhoudingen tussen spieren en botten en kunnen er vergroeiingen optreden. Daardoor wordt het voor jou moeilijker je benen te bewegen. Het is dan bijvoorbeeld erg moeilijk om tijdens het staan en lopen je evenwicht te houden en plat op je voet te staan.

Eén van de mogelijke behandelingen is een operatie aan je enkel/voet, gevolgd door korte en intensieve revalidatie. Doel: het staan en lopen behouden of verbeteren en/of pijn aan je enkel verminderen.

Je wordt in de Sint MaartensKinderkliniek, locatie Boxmeer, geopereerd aan je enkel/voet. In de meeste gevallen kun je zes weken na je operatie starten met een kort en intensief revalidatieprogramma. Je wordt dan 2,5 week poliklinisch behandeld bij de Sint Maartenskliniek in Nijmegen

Voor wie?

De enkeloperatie plus het revalidatieprogramma is voor kinderen van 4 tot 18 jaar met een Cerebrale Parese (CP) of andere ziektebeelden, waarbij spasticiteit voorkomt of die een standsverandering van de voet/enkel hebben. Zij ervaren problemen met en/of hebben pijnklachten aan de voet/enkel tijdens het staan en/of lopen. Hierdoor worden zij in het dagelijks functioneren belemmerd.

Het is belangrijk dat je de instructies rondom het behandelprogramma begrijpt en daardoor goed kunt meewerken tijdens de behandeling. Verder is het belangrijk dat je ouders/verzorgers de mogelijkheid hebben het oefenprogramma te ondersteunen tijdens de dagelijkse situatie.

Hoe kom je hier terecht?

Je revalidatiearts of een andere medische specialist kan je naar ons verwijzen.

Onze behandeling

Vorbereiding van je poliklinisch bezoek

Een goede voorbereiding van je bezoek aan onze polikliniek is belangrijk. Daarom is het handig als je vooraf van een aantal zaken op de hoogte bent.

Vragen formuleren

Een goed idee is om thuis met je ouders alvast op te schrijven welke vragen je ons wilt stellen en welke informatie je zelf wilt vertellen. Zo voorkom je dat je iets vergeet te zeggen. Bovendien kan het helpen om goed onder woorden te brengen wat je klachten zijn.

Sms-dienst

In principe ontvang je één week vóór je afspraak een sms-bericht van ons, met een herinnering aan onze afspraak. Als je geen mobiele telefoon hebt of geen sms-bericht wilt ontvangen, kunnen je ouders dit telefonisch aan ons doorgeven.

Waar meld je je?

Je meldt je samen met je ouder(s) bij de polikliniek Orthopedie, vijftien minuten vóór de afgesproken tijd. Wanneer je voor de eerste keer komt, word je eerst ingeschreven. Zijn er gegevens (zoals adres, zorgverzekeraar of huisarts) veranderd, dan geven je ouders dat ook bij aankomst bij de polikliniek Orthopedie door. De polikliniek Orthopedie vind je vanuit de hoofdingang op de begane grond aan de linkerkant (routenummer 006). Als het nodig is, kun je gebruikmaken van een rolstoel (borg €2,00).

Als je niet kunt komen

Kunnen jij en je ouders niet naar de afspraak komen? Geef dit dan uiterlijk 24 uur van tevoren aan ons door via telefoonnummer (0485) 84 53 50 (maandag tot en met vrijdag 8.30 tot 16.30 uur).

Wat neem je mee?

Bij je bezoek aan de polikliniek is het belangrijk dat je ouders onderstaande zaken meenemen:

- Afspraakbevestiging
- Verzekeringspas
- Legitimatiebewijs zoals paspoort, rijbewijs of identiteitsbewijs
- Overzicht van medicijnen die je gebruikt (verkrijgbaar bij de apotheek) (indien van toepassing)

Voorkomen van MRSA- en BRMO-bacterie

De Sint Maartenskliniek stelt alles in het werk om infecties bij patiënten te voorkomen. Je kunt daar zelf aan meehelpen. Wanneer je één van de volgende vijf vragen met 'ja' kun beantwoorden, verzoeken wij jou en je ouders dit aan te geven bij de afdeling waar je onder behandeling bent. Je hebt dan mogelijk een verhoogde kans dat je de MRSA- of BRMO-bacterie draagt. Gezonde mensen worden van deze bacteriën niet ziek. Om te voorkomen dat andere patiënten besmet raken, worden er extra maatregelen genomen.

- Heb je in de afgelopen twee maanden langer dan 24 uur in een buitenlands ziekenhuis gelegen?
- Woon je in of hebben je ouders een bedrijf met levende vleeskalveren, varkens of vleeskuikens?
- Ben je drager van de MRSA-bacterie of een ander Bijzonder Resistent Micro Organisme (BRMO)?
- Zijn je ouders of andere gezinsleden drager van de MRSA-bacterie? Ben je opgenomen geweest in een Nederlands ziekenhuis of zorginstelling waar een probleem heerste met MRSA of een ander Bijzonder Resistent Micro Organisme (BRMO)?

Je afspraak op de polikliniek

Tijdens het eerste bezoek aan de polikliniek Orthopedie stellen we jou en je ouders een aantal vragen. Ook word je lichamelijk onderzocht.

Aanvullend onderzoek

Naar aanleiding van je ziektegeschiedenis en het lichamelijk onderzoek besluit de behandelaar of dezelfde dag nog andere onderzoeken nodig zijn, zoals bloed prikken of röntgenfoto's maken. Soms lukt het niet om een aanvullend onderzoek op dezelfde dag te laten plaatsvinden. Dan maken we met jou en je ouders een afspraak op een andere datum.

Medicatie

Jouw behandelaar kan tijdens het consult besluiten om je medicatie voor te schrijven. Het is dan ook belangrijk dat jij en je ouders weten welke medicatie je op dit moment gebruikt, of in het verleden hebt gebruikt. Denk daarbij ook aan medicatie waarvoor je allergisch bent.

Pre-operatief onderzoek

Als je behandelaar tijdens de afspraak een operatie adviseert en je gaat daarmee akkoord, dan kan het zijn dat je direct na de poli-afspraak een pre-operatief onderzoek krijgt. Dit onderzoek is bedoeld om te beoordelen of de operatie veilig is uit te voeren. Het pre-operatief onderzoek is op de polikliniek Orthopedie en duurt ongeveer 2 uur. Soms lukt het niet om het pre-operatief onderzoek op dezelfde dag te laten plaatsvinden. Dan maken we met jou en je ouders een afspraak op een andere datum.

Pre-operatief onderzoek

Een tijdje vóór de operatie krijg je een afspraak op de POS-poli voor een pre-operatief onderzoek. POS-poli is de afkorting van 'Pre Operatieve Screening'. Dat betekent: het spreekuur vóór een operatie waarbij je narcose krijgt. Dit onderzoek is bedoeld om te beoordelen of we de aanstaande operatie veilig kunnen uitvoeren. Als er voorbereidingen nodig zijn voor de operatie, dan wordt dat ook tijdens het pre-operatief onderzoek besproken. Het pre-operatief onderzoek duurt ongeveer 2 uur.

Narcose wil zeggen dat je gaat 'slapen' met behulp van medicijnen. Je voelt daardoor niets van de operatie. De anesthesioloog is de dokter die jou de slaapmedicijnen gaat geven. Hij zorgt voor jou als je onder narcose bent en zorgt er ook voor dat je weer wakker wordt als de ingreep klaar is. We noemen hem ook wel de 'slaapdokter'.

Wat gebeurt er op de POS-poli?

Op de POS-poli willen ze van alles weten over je gezondheid. Bijvoorbeeld:

- welke ziektes je hebt gehad;
- of je koorts hebt;
- of je verkouden bent;
- soms meten ze je gewicht, je lengte, je bloeddruk of je hartslag. Dat doet geen pijn;
- meestal nemen ze wat bloed af om te onderzoeken.

Daarna bespreken ze met jou en je ouders:

- hoe het gaat als je onder narcose gaat;
- hoe jij de narcose krijgt;
- wat jou kan helpen als je pijn hebt of bang bent.

Als je ergens bang voor bent, kun je dat altijd tegen de POS-verpleegkundige of tegen de anesthesioloog zeggen. Op de POS-poli krijg je een folder over de narcose. Daarin kun je nog eens nalezen wat er is verteld. Na jouw bezoek aan de POS-poli, ga je naar de kinderafdeling. Dan zie je al waar je tijdens de opname komt.

Vorbereiding op pre-operatief onderzoek

Om het pre-operatief onderzoek zo efficiënt mogelijk te laten verlopen, vragen wij aan je ouders om de anesthesievragenlijst (voor de opname) en het formulier 'machtiging ouders' ingevuld naar ons terug te sturen. Als je ouders het formulier pas een week voor het pre-operatief onderzoek ontvangen, dan kunnen ze het formulier beter meenemen tijdens het onderzoek, in plaats van het op te sturen. De anesthesievragenlijst wordt tijdens het pre-operatief onderzoek doorgenomen. Vraag je ouders om ook

een actueel medicatieoverzicht van jou mee te nemen naar het pre-operatief onderzoek.

Verloop van het onderzoek

Het onderzoek wordt uitgevoerd door de informatieverpleegkundige, de apothekersassistent, de anesthesioloog en de operateur. Ze hebben allemaal verschillende taken tijdens dit onderzoek, die we hier op een rijtje zetten.

De *informatieverpleegkundige* zorgt voor de volgende zaken:

- Doornemen van de anesthesievragenlijst
- Anamnese voor de kinderafdeling
- Aanvullende informatie rondom de operatie
- Instructies ter voorbereiding op de operatie
- Als laatste geeft de informatieverpleegkundige je alvast een rondleiding op de kinderafdeling C4.

De *apothekersassistent* neemt met jou en je ouders door welke medicijnen jij (thuis) gebruikt. Als er onduidelijkheden zijn in het medicatiegebruik neemt de apothekersassistent, als je ouders daar geen bezwaar tegen hebben, contact op met je eigen apotheek.

De *anesthesioloog* beoordeelt op basis van alle medische gegevens jouw conditie en spreekt eventueel aanvullend onderzoek af. De anesthesioloog kijkt vanuit het oogpunt van de verdoving naar je algehele gezondheid en vertelt over de verdoving en pijnstilling rondom de operatie. Samen met je ouders bespreek je met de anesthesioloog ook wat de meest geschikte vorm van verdoving is en hoe de pijnbestrijding na de operatie wordt uitgevoerd. Het is niet altijd zo dat de anesthesioloog waar je mee praat, er ook altijd tijdens de operatiedag bij is. Soms neemt een collega, die met alle besproken informatie bekend is, het over.

Als het in de oproepbrief voor het pre-operatief onderzoek vermeld staat, is er ook nog een afspraak met de *operateur*. Dit is de orthopedisch chirurg die jou gaat opereren.

Aanvullend onderzoek

Het aanvullend onderzoek bestaat uit meten, wegen, bloed prikken, bloeddruk meten en opnemen van de hartslag. Indien nodig wordt er een hartfilmpje (ECG) gemaakt. Als er redenen zijn voor een afspraak bij de kinderarts of bij de internist, dan vindt dat consult diezelfde dag plaats. Het kan ook zijn dat de anesthesioloog aanvullend onderzoek regelt bij een andere specialist.

Vorbereiding

Vooraf aan de operatie krijg je een advies over hulpmiddelen die nodig zijn voor de periode van herstel

thuis. Wat moeten jouw ouders of verzorgers vooraf regelen?

Wanneer je aan 1 been wordt geopereerd, denk dan aan:

- Rolstoel met 1 verlengde beensteun en vanaf de start revalidatie comfortabele beensteunen (kniebuiging mogelijk).
- Krukken of een loophulpmiddel (deze kunnen je ouders zelf regelen bij de thuiszorgwinkel).
- Douchezak (om over je gips heen te doen, zodat dit niet nat wordt, verkrijgbaar in de gipskamer).
- Indien nodig een hoog-/laagbed en/of een po-stoel of verhoger.
- Indien nodig een Continuous Passive Motion (CPM; een apparaat om je knie te bewegen).

Wanneer je aan 2 benen wordt geopereerd, denk dan naast bovenstaande hulpmiddelen ook aan:

- Rolstoel met 2 verlengende beensteunen en vanaf de start revalidatie comfortabele beensteunen.
- Het vervoer van het ziekenhuis naar huis; regel een ligtaxi of ambulance.

Je operatie

Je wordt geopereerd in de Sint MaartensKinderkliniek, locatie Boxmeer. Tijdens de operatie verlengt of verplaatst de orthopedisch chirurg je spieren. Het kan ook zijn dat er een standsverandering van je botten nodig is. Daardoor komt de enkel/voet in een betere uitgangspositie te staan. Na de operatie verblijf je een korte periode op de kinderafdeling op locatie Boxmeer.

De eerste weken thuis

Na de week op de kinderafdeling, ga je drie-vijf weken naar huis om te herstellen van de operatie, tenzij anders vermeld door de orthopedisch chirurg. Staan of lopen mag nog niet op de geopereerde enkel/voet. Waarschijnlijk zit je enkel in het gips, waardoor je een rolstoel nodig hebt en/of een loophulpmiddel. De fysiotherapeut van het ziekenhuis Boxmeer geeft je instructies, advies, oefeningen en een overdracht voor de fysiotherapeut mee naar huis. Je ouders/verzorgers krijgen van de orthopeed ook pijnstilling voor je mee, inclusief instructie en advies voor het gebruik thuis. De verpleegkundige geeft ook advies over de verzorging.

Fysiotherapie aan huis

Herstellen van je operatie doe je door rust te nemen en niet op je been/benen te staan en te lopen. Je krijgt thuis al wel fysiotherapie (zoals voorgeschreven en schriftelijk aan de fysiotherapeut overgedragen door de orthopeed en fysiotherapeut van het ziekenhuis Boxmeer). De fysiotherapeut zal thuis met jou de adviezen, instructie en oefeningen uitvoeren. Je oefent ook hoe je van je bed naar je rolstoel kunt (en andersom) en met een loophulpmiddel kunt lopen indien mogelijk. Verder pak je

activiteiten van het dagelijks leven op, zoals naar het toilet gaan.

Start poliklinische revalidatie

Zes weken na je operatie start je met de poliklinische behandeling. Deze duurt 4 weken en vindt plaats op de Sint Maartenskliniek in Nijmegen.

De eerste week stemmen we alle voorzieningen en hulpmiddelen (bijvoorbeeld spalken en schoenen) op je af en zorgen ervoor dat je hiervan gebruik kunt maken. Verder volg je een intensief programma met fysiotherapie en ergotherapie. Naast de therapieën volg je ook een beweegprogramma, waarbij je ouders/verzorgers je begeleiden en de therapeuten je coachen. Hierdoor worden je beenspieren leniger en sterker en leer je opnieuw lopen. De fysiotherapeut en ergotherapeut zorgen voor een schriftelijke overdracht aan de fysiotherapeut die bij jou in de buurt de behandeling gaat overnemen. Deze therapeut is altijd welkom om mee te kijken in de laatste week van je poliklinische behandeling.

Vervolg van de behandeling in de buurt

Na de periode van korte poliklinische revalidatie zet je je therapie voort bij een fysiotherapeut bij jou in de buurt. Dit duurt minimaal een half jaar en vindt plaats in een (eerstelijns) praktijk of een revalidatiecentrum. Je ouders/verzorgers maken hiervoor zelf een afspraak met de desbetreffende fysiotherapeut. Besef wel dat je ongeveer een half jaar tot een jaar nodig kunt hebben om het staan en lopen weer op te bouwen door middel van training. Tot 2 jaar na je operatie kun je vooruitgang zien.

Weer naar school

Wanneer je geopereerd wordt, kun je daarna een periode niet naar school gaan. In die periode herstel je thuis en krijg je fysiotherapie aan huis. Na 6 weken start de intensieve poliklinische revalidatie waarbij het nog niet mogelijk is naar school te gaan. Staan en lopen kun je tijdens deze herstelperiode nog niet. Het kost je de nodige energie om je huiswerk (oefeningen) en therapie te doen, terwijl je ook nog pijn kunt hebben. Wanneer de behandeling naar thuis overgedragen wordt, kijken we wanneer je weer naar school zou kunnen gaan. Belangrijk hierbij is om al voor de operatie met je school te bespreken wat er staat te gebeuren en wat de mogelijkheden zijn om het naar school gaan weer op te bouwen.

Wat levert het op?

Door na je SEMLS-operatie de behandeling SEMLS 4 weken in de Sint Maartenskliniek te volgen, werk je snel aan je herstel: het resultaat ervan moet zijn dat je beter leert lopen met zo mogelijk minder pijnklachten in de benen.

▫ Je krijgt veel fysiotherapie en ergotherapie die we individueel op je kunnen afstemmen.

- Je afspraken – om bijvoorbeeld spalken, schoeisel en hulpmiddelen bij je aan te meten – zijn gemakkelijker in te plannen.
- Behandelaren kunnen voortdurend in de gaten houden wat je doet en gemakkelijk hun indrukken op elkaar afstemmen.
- Tijdens het dagprogramma oefenen we met activiteiten die je normaal ook doet en die te maken hebben met staan en lopen.
- De rol van je ouders/verzorgers is essentieel tijdens de revalidatie. Zo kunnen ze jou gemakkelijk helpen om alles wat je in de revalidatie geleerd hebt, ook toe te passen in de thuissituatie.

Wat kunnen je ouders/verzorgers doen?

Deelnemen tijdens therapie

Je ouders/verzorgers zullen bij je revalidatiebehandeling aanwezig zijn en deelnemen. De fysio- en ergotherapeut laten hen zien wat je geleerd hebt, hoe zij dit thuis kunnen toepassen en hoe zij je daar het beste bij kunnen begeleiden. De bedoeling is dat je zoveel mogelijk zelfstandig doet. We bespreken met je ouders/verzorgers hoe het gaat en hoe het oefenen thuis verloopt.

Overleg met het behandelteam

Samen met het behandelteam stellen je ouders/verzorgers je behandeldoelen vast en bekijken ze wat er nodig is om je zo goed mogelijk vooruit te helpen. Je ouders/verzorgers krijgen een uitnodiging om in de laatste week van je behandeling bij een multidisciplinair overleg aanwezig te zijn om te evalueren en te bekijken wat nodig is om de behandeling over te dragen aan de fysiotherapeut thuis.

Verblijven op De Boeg

De Boeg is een kindergastverblijf. Je kunt hiervan gebruikmaken als jij en je ouders/verzorgers te ver weg wonen. De Boeg is een ruime opgezette woning waar jullie kunnen verblijven tijdens de periode van je poliklinische behandeling in de Sint Maartenskliniek. De situatie is vergelijkbaar met thuis, waarbij je ouders/verzorgers de zorg voor je op zich nemen. Er is dus geen verzorgende of verpleegkundige aanwezig. Hulpmiddelen die nodig zijn kun je via de thuiszorg regelen of via je behandelaar. Het vervoer van en naar de Sint Maartenskliniek moet je wel zelf regelen.

Na de behandeling

Drie maanden na de operatie heb je een controleafspraak bij de orthopeed en/of revalidatiearts op de poli. Een half jaar, één en twee jaar na de operatie voeren we evaluatiemetingen uit om te zien of je verwachtingen gerealiseerd zijn en hoe je ontwikkeling verloopt. Samen met je ouders/verzorgers krijg je een uitnodiging voor een **gangbeeldanalyse** en enkele testen die je ook vooraf aan je operatie hebt

gehad. Het multidisciplinaire team bespreekt de gegevens uit deze metingen. Je ouders/verzorgers krijgen hiervan een schriftelijk verslag. Als het nodig is, stelt het behandelteam in overleg met je ouders/verzorgers je behandeling bij.

Behandelteam

Het multidisciplinaire behandelteam bestaat uit een revalidatiearts, orthopedisch chirurg, fysiotherapeut, ergotherapeut, orthopedisch instrumentmaker, gipsverbandmeester en een technisch adviseur revalidatietechniek. Zij werken intensief met elkaar en met jou samen.