Totale Knie Prothese (TKP) - nazorginformatie

Deze informatie is een korte samenvatting van de behandelwijzer die u voor de operatie heeft gekregen over de zorg na de operatie. Bent u deze kwijt geraakt? Geef het dan bij de verpleging aan. Zij regelen dan een nieuwe behandelwijzer voor u.

Medicatie

De arts heeft het medicatierecept digitaal verstuurd naar de ZaanApotheek. Hier staat ook pijnstilling en Fraxiparine® bij. Na de operatie moet u gedurende een periode van 5 weken Fraxiparine® gebruiken, behalve als u zelf al bepaalde bloedverdunners gebruikt. Vraag aan uw verpleegkundige of arts of dit voor u geldt. In de behandelwijzer vindt u hiervoor een uitgebreide instructie.

Wondverzorging

Na de operatie is er een pleister over de wond geplakt. Dit kan een PICO® pleister zijn of een Opsite® pleister. Wanneer u een PICO pleister heeft (hier zit een klein kastje aan die actief wondvocht aanzuigt) dan krijgt u aanvullend nog een folder erbij met extra informatie. Voor beide pleisters geldt het advies om deze 5 dagen na de operatie te verwijderen. Is de wond droog? Dan hoeft er geen nieuwe pleister op. Als de wond toch nog iets lekt, kunt u er een nieuwe pleister opplakken. Dit kan een gewone pleister van thuis zijn. Blijft de wond lekken? Neem dan contact op met de polikliniek Orthopedie.

Hechtingen

Ongeveer twee weken na de operatie worden de krammen/hechtingen verwijderd op de poli Orthopedie. De afspraak hiervoor krijgt u mee bij het ontslag.

Drukverband

Het drukverband kunt u 48 uur na de operatie zelf verwijderen. Daarna mag de TED kous om (zie hieronder). Lekt de wond nog? Neem dan contact op met de poli Orthopedie.

TED kous

Op de afdeling wordt een TED kous aangemeten. Deze kous draagt u overdag gedurende een periode van 6 weken na de operatie. In de nacht doet u de kous uit.

Activiteiten

U mag douchen als de wond droog is. Als de wond nog lekt, moet u deze afdekken met een pleister. Ga de eerste 6 weken niet in bad, omdat bij het uitstappen het gevaar dreigt een verkeerde beweging te maken of uit te glijden. Ook mag de wond niet langdurig nat worden waardoor de wond week wordt.

Bewegen

Na de operatie mag de prothese 100% worden belast, tenzij uw orthopedisch chirurg iets anders heeft gezegd. Het kan zijn dat u minder goed kunt bewegen door de pijn en de zwelling. De bedoeling is dat u zo snel mogelijk weer gaat bewegen.

Als u een totale knieprothese heeft gekregen, is het streven dat u na 2 weken de knie weer 90 graden kunt buigen en de knie plat kunt strekken. Dit wordt gecontroleerd bij het verwijderen van de krammen/hechtingen.

Dagopname

Als u in dagopname wordt geopereerd, dan mag u dezelfde dag weer naar huis. U krijgt dan een recept mee voor antibiotica cefuroxim 2 keer 250mg. De eerste tablet neemt u dezelfde avond in om 22:00 uur en de tweede tablet de volgende ochtend om 08:00 uur.

Het ontslagbericht is na een paar dagen te zien in uw patiëntenportaal ”MijnZMC”.

Contact

Wanneer neemt u contact op met het ziekenhuis?

- Bij hevige pijnklachten die door de operatie komen en die niet minder worden als u pijnstillers gebruikt.
- Bij koorts (temperatuur hoger dan 38,5)
- Als er sprake is van bloederige wondlekkage die niet stopt
- Als de wond gezwollen, rood en warm aanvoelt, opengaat, of er komt ineens wondvocht uit. Er kan dan sprake zijn van een infectie.

Tijdens kantoortijden (maandag tot en met vrijdag van 08:00 tot 16:30 uur) kunt u contact opnemen met de poli Orthopedie (via het Klantcontactcentrum): **075 650 2105**

Buiten bovenstaande kantoortijden kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp: **075 650 2600**

Voor meer informatie verwijzen we u naar de **behandelwijzer** die u heeft ontvangen op de polikliniek.

Pijnstillende medicatie:
Bij het ontslag is het medicatierecept digitaal verstuurd naar de apotheek. Hieronder ziet u een overzicht van de medicatie die u heeft gekregen. Er kan worden afgeweken van de standaard medicatie indien nodig.

Paracetamol

Vorm:	Tablet 500 mg
Werking:	Pijnstillend
Innametijden:	4 x per dag 2 tabletten (8-12-17-22 uur)
Hoe lang:	Zo lang u pijn voelt en u zelf vindt dat u paracetamol moet gebruiken.
Afbouwen:	Paracetamol is de basis van de voorgeschreven pijnstilling. Bouw eerst de andere pijnstillers af, voordat u paracetamol gaat afbouwen. U bouwt af door van 4x naar 3x per dag 1 gram (2 tabletten) in te nemen, dan naar 2x per dag enz. Verspreid de inname over de hele dag.

Naproxen

Vorm:	Tablet 500 mg
Werking:	Pijnstillend, koortsverlagend
Innametijden:	2 x per dag 1 tablet (8-22 uur)
Bijwerking:	Naproxen kan maagklachten veroorzaken. Om dit te voorkomen, krijgt u ook een maagbeschermer (Pantoprazol) voorgeschreven.
Hoe lang:	Zo lang u pijn voelt en u zelf vindt dat u Naproxen moet gebruiken.
Afbouwen:	Als uw pijn minder wordt, begint u met het afbouwen van de Naproxen. U bent dan al gestopt met de Oxycodon. U stopt eerst met de avonddosering, daarna met de ochtend.
Let op:	Als u nier-, long- en hartproblemen heeft, of bij bepaalde bloeddrukmedicatie zult u deze pijnstiller soms niet voorgeschreven krijgen!

Pantoprazol (maagbeschermer)

Vorm:	Tablet 20 of 40 mg
Werking:	Deze maagbeschermer vermindert de productie van maagzuur. Beschermt de maag bij gebruik van Naproxen tegen het ontstaan van een maagbloeding.
Innametijd:	’s Ochtends voor het ontbijt. Slik de tablet in zijn geheel door. Wacht het liefst een uur voor u gaat ontbijten. U start hiermee op de dag van de operatie.
Hoe lang:	Zo lang u de pijnstiller Naproxen gebruikt.
Afbouwen:	Afbouwen is niet nodig.

Oxycontin MGA (oxycodon langwerkend)

Vorm:	Tablet 5 of 10 mg
Werking:	Pijnstillend, te gebruiken als extra pijnstilling gewenst is.
Innametijden:	2 x per dag 1 tablet (8-20 uur)
Hoelang:	Zo lang u pijn voelt. Dit is het medicijn waar u het eerst mee stopt als de pijn minder wordt.
Let op:	Kan snel leiden tot verslaving!
Afbouwen:	Afbouwen is niet nodig. Als u de langwerkende stopt, heeft u misschien de kortwerkende iets vaker nodig.

Oxynorm (oxycodon kortwerkend)

Vorm:	Tablet 5 of 10 mg
Werking:	Pijnstillend, te gebruiken als even extra pijnstilling gewenst is. En de langwerkende onvoldoende helpt.
Innametijden:	Zo nodig tot maximaal 6 tabletten per 24 uur.
Hoelang:	Zo lang u pijn voelt.
Let op:	Kan snel leiden tot verslaving!

Movicolon
Vorm: Poeder
Werking: Maakt de ontlasting zachter en stimuleert de stoelgang.
Innametijd: 2x per dag een zakje (8-17 uur)
Hoe lang: Tijdens gebruik Oxycodon, zo niet dan stoppen

Pijnschema
Het is belangrijk om de pijnmedicatie goed in te nemen, zodat de pijn onder controle is om beter en veiliger te kunnen mobiliseren. Hieronder vindt u een pijnschema met de tijdstippen zoals u de medicatie in het ziekenhuis zou krijgen.

	Medicatie					
	Pijnmedicatie				Overige medicatie	
Tijdstip	Paracetamol 1000mg	Naproxen 500mg (i.c.m. pantoprazol in de ochtend)	Oxycodon **langwerkend** = Oxycontin 5 of 10 mg	Oxycodon **kortwerkend** = Oxynorm 5 mg of 10 mg	Pantoprazol 20 of 40 mg (alleen bij gebruik van naproxen)	Movicolon 1-2 zakjes per dag
06.00 u				Zo nodig	x	
08.00 u	x	x	x			Zo nodig
10.00 u				Zo nodig		
12.00 u	x			Zo nodig		
17.00 u	x			Zo nodig		Zo nodig
20.00 u			x	Zo nodig		
22.00 u	x	x		Zo nodig		

Het pijnschema is in essentie een opbouwschema waarbij de paracetamol de basis is. Vervolgens neemt u de naproxen (als u dit slikt), daarna de langwerkende oxycodon en de kortwerkende oxycodon. U neemt altijd de volgende stap qua medicatie erbij, dus niet in plaats van.

Zodra de pijn voldoende onder controle is, bouwt u de pijnmedicatie af. Dit is het omgekeerde opbouwschema. U stopt als eerste met de kortwerkende oxycodon, daarna de langwerkende oxycodon, vervolgens de naproxen (als u dit heeft gehad) en als laatste bouwt u de paracetamol af.