

## Clientinformatie

Anatomische schouder prothese

Benadering: deltoïd/ pectoraal



### Contactgegevens:

Bergmanclinics Bewegen Breda

Takkebijsters 5A

4817 BL Breda

t: 088 9000 500

email: [bewegen.breda@bergmanclinics.nl](mailto:bewegen.breda@bergmanclinics.nl)



---

## Inhoudsopgave

### Vorbereiden op de operatie

- Vooraf regelen
- Roken
- Eten en drinken
- Medicijnen
- Persoonlijke verzorging
- Meebrengen naar de kliniek

### De operatiedag

- Melden
- Vorbereidingskamer
- Uitslaapkamer
- Verpleegafdeling
- Ontslag

### Uw verblijf

- Bezoek tijdens opname
- Bewegen na de operatie
- Wondverzorging
- Persoonlijke verzorging
- Medicatie
- Zwelling en pijn
- Overige adviezen
- Fysiotherapie op de verpleegafdeling

### U bent weer thuis

- Nacontrole/ contactmomenten
- Direct telefonisch contact opnemen
- Complicaties
- Veel gestelde vragen

### Fysiotherapie

- Fysiotherapie en revalidatie thuis

## Voorbereiden op de operatie

Uw behandelend specialist en anesthesioloog hebben uw medische situatie beoordeeld. Indien er **veranderingen in uw gezondheidstoestand** plaatsvinden vernemen wij dat graag zo spoedig mogelijk. Neem daarvoor contact op met de kliniek Breda.

### Vooraf regelen

In de periode na de operatie heeft u mogelijk meer hulp nodig dan anders. Boodschappen doen, koken of huishoudelijke klussen zijn deze periode lastig. Zorg ervoor dat u hier tijdig iets voor regelt. Hulpmiddelen zoals een douchestoel kunt u lenen, huren of kopen bij thuiszorgwinkels. Als u de voorkeur geeft aan herstellen in een zorghotel **dan moet u dat zelf voorafgaand aan de opname regelen.**

Voor deze operatie verblijft u 1 nacht in de kliniek. U dient onder **begeleiding** naar huis te reizen, zelf rijden is niet toegestaan.

### Roken

Roken is nadelig voor de wondgenezing en verhoogt het risico op o.a. een infectie. Probeer om deze reden zo snel mogelijk te stoppen met roken. Wij adviseren u minstens 6 weken voor de operatie te stoppen met roken. Dit doet u voor uzelf, om de kans op schade aan uw gezondheid te beperken en het resultaat van de operatie te verbeteren.

### Eten en drinken

U kunt alleen geopereerd worden als u nuchter bent. Nuchter zijn betekent dat uw maag leeg is, door een bepaalde tijd voor de operatie niet te eten en/of drinken.

Vanaf 6 uur voor opnametijd mag u niet meer eten. Tot 2 uur voor de opnametijd mag u alleen nog water, thee of koffie zonder melk (eventueel met suiker) drinken. U mag **geen** melkproducten, sappen, koolzuurhoudende dranken, kauwgom of pepermunt nuttigen.

### Medicijnen

Tijdens de preoperatieve screening (POS) is met u besproken welke medicijnen u voor de operatie moet stoppen en welke medicijnen u mag blijven gebruiken. De medicatie die u normaliter gebruikt kunt u, op de ochtend van de operatie wel innemen met een klein slokje water. Neem op de dag van de operatie uw medicijnen in de originele verpakking mee naar de kliniek.

### Persoonlijke verzorging

Op de dag van de operatie uw lichaam wassen met een bacteriedodende zeep (bv Dettol zeep). Alleen afspoelen met water. Geen lotion of crème gebruiken, deze sluiten de huidporiën af waardoor de huid minder goed gesteriliseerd kan worden tijdens de operatie.

### Meebrengen naar de kliniek

- Makkelijk zittende kleding
- Voldoende ondergoed
- Nachtkleding (eventueel een extra)
- Stevige schoenen die makkelijk te openen en te sluiten zijn
- Toiletartikelen
- Boek, puzzelboekje, e-reader, tablet, telefoon e.d. voor uw eigen ontspanning
- Indien van toepassing: bril, lenzen, gehoorapparaat

**Laat waardevolle spullen thuis!**

## De operatiedag

### Melden

**Uiterlijk 1 dag voor de operatie** ontvangt u van ons een bericht waarin we de opnametijd vermelden. Op de dag van de operatie meld u zich op de afgesproken tijd bij de balie aan de hoofdingang. De anesthesiemedewerker komt naar u toe, meet de temperatuur en neemt nog wat vragen met u door. U wordt begeleid naar de omkleedruimte, hier krijgt u een operatiejasje aan, een mutsje en overschoentjes.

### Vorbereidingsruimte

Op de voorbereidingskamer wordt u aangesloten aan de monitor (hartritme, bloeddruk en zuurstofgehalte wordt gemeten. U krijgt een infuus geprikt om de volgende medicatie al toe te dienen: paracetamol en antibiotica.

Tevens wordt aldaar onder lokale verdoving een katheter bij de schouder ingebracht om verdoving in te spuiten.

Hierna wordt u naar de operatiekamer gereden waar u door de anesthesist in slaap wordt gebracht. De operatie duurt ongeveer 1 tot 1,5 uur.

### Uitslaapkamer

Na de operatie wordt u naar de uitslaapkamer gebracht waar u weer wakker wordt.

U krijgt een immobilizer om waarin uw arm dag en nacht ligt en kan rusten. De immobilizer heeft een buikband welke ook vast gedragen moet worden

Op de uitslaapkamer zullen we u een tijdje observeren (hartritme, bloeddruk, zuurstof, pijnbeleving, misselijkheid).

**U mag zelf naar huis bellen** (dit doen wij niet automatisch)

Als alles stabiel is gaat u naar de verpleegafdeling op de 2<sup>e</sup> etage.

### Verpleegafdeling

Op de verpleegafdeling komt in de loop van de dag de fysiotherapeut bij u en neemt met u het operatieverslag door.

Ook neemt hij/zij de oefeningen uit het protocol door en wat leefregels en oefeningen voor thuis.

De ontslagtijd voor de volgende dag wordt ook meteen doorgegeven aan u zodat u dit kunt doorgeven aan degene die u komt ophalen

.

### Ontslag

De volgende ochtend komt de arts-assistent bij u langs om de medicatie door te nemen die door hem wordt voorgeschreven. De katheter wordt uit de schouder verwijderd.

U gaat een controlefoto laten maken op de röntgenafdeling om 11.00 uur.

Daarna mag u naar huis.

## Uw verblijf

### Bezoek tijdens opname

Momenteel is er een bezoektijd in de avond van 19.00 tot 20.00 uur voor 2 personen.

### Bewegen na de operatie

Na de operatie bent u beperkt in het bewegen, u krijg van de fysiotherapeut oefeningen om thuis te herhalen.

1 a 2 weken na de operatie mag u starten met fysiotherapie. De fysiotherapeut van Bergman Clinics Beweging Breda zorgt ervoor dat u alle documenten ontvangt die nodig zijn voor passend vervolg bij de door u gekozen fysiotherapeut. Het gaat om de volgende documenten:

- Operatieverslag.

- Verwijsbrief fysiotherapie.

### Wondverzorging

U krijgt op de verpleegafdeling de uitleg en instructies mee hoe de wond te verbinden en/of te behandelen.

### Persoonlijke verzorging

Direct na de operatie ziet de huid rondom het geopereerde gebied er roze/rood van kleur uit. Dit is het restant van het desinfectiemiddel die uw behandelend arts tijdens de operatie heeft gebruikt. Het desinfectiemiddel verdwijnt vanzelf na het wassen.

U mag vanaf de tweede dag na de operatie weer douchen. Dit doet u alleen maar als u zich daar goed genoeg voor voelt. Zorg daarbij voor een veilige omgeving door een handsteun of douchestoel te gebruiken.

### Medicatie

U krijgt op de verpleegafdeling pijnmedicatie volgens voorschrift van de arts.

Zorg ook dat u voldoende paracetamol in huis heeft voor na de operatie, dit is niet op recept.

**Uw recept voor uw medicatie wordt gestuurd naar uw eigen apotheek.** In een enkel geval is het niet mogelijk uw recept elektronisch te versturen. U krijgt dan uw recept op papier mee naar huis. Het medicatieoverzicht krijgt u mee op de afdeling.

**De recepten worden NIET vooraf geschreven en of verstuurd.**

### Zwelling en pijn

Uw schouder/arm kan de eerste maanden na de ingreep gezwollen zijn. De zwelling kan ter hoogte van de operatiewond plaatsvinden, maar kan ook verder afzakken naar uw boven- en onderarm. Dit komt door een verstoorde bloed- en vochtregulatie in de arm door de operatie. U draagt de arm in een immobilizer. Slaap eventueel de eerste 6 weken met een kussen onder uw arm.

Wissel een activiteit af met voldoende rust.

### Overige adviezen

We adviseren u de eerste weken hulp te vragen bij de boodschappen

Werken mag u weer hervatten na 8 weken, begin bijvoorbeeld met halve dagen. Mocht u lichamelijk zwaar werk doen start dan niet eerder dan 12 weken na de operatie. Twijfelt u of u weer aan het werk kan, bespreek dit dan met uw behandelend specialist.

## Fysiotherapie op de verpleegafdeling

**Advies voor de operatie: oefen alvast eens thuis**

### Na de operatie:

Het is belangrijk dat u al op de operatie dag begint met het bewegen van uw hand en pols. Deze oefeningen zijn om verstijving van vingers en pols tegen te gaan ( 5 maal daags :’s morgens, ’s middags 2 maal en ’s avonds 1 maal)

- 10 maal vingers en duim buigen, strekken en spreiden;
- 10 maal met duim toppen van vingers aanraken;
- 10 maal de pols buigen, strekken en van opzij bewegen;
- 10 maal de elleboog buigen en strekken (bovenarm ondersteunen)

### Restricties:

- Week 0-4 immobiliser dag en nacht
- Week 4-6 afbouwen immobiliser

- Week 0-6 exorotatie van meer dan 10° vermijden
- In de beginfase waken voor overmatige rek ventrale kapsel en op de m. subscapularis.

Let op bij krachttraining activeren van de deltoideus en de latissimus dorsi, deze nemen de functie van de cuff over.

## U bent weer thuis

### Nacontrole/ contactmomenten

De eerstvolgende werkdag nadat u de kliniek verlaten heeft belt de verpleegkundige u op om te vragen hoe het met u gaat. Heeft u op een ander moment vragen aan de verpleegkundige? Stuur een e-mail naar: [verpleegkundigspreekuur.bbr@bergmanclinics.nl](mailto:verpleegkundigspreekuur.bbr@bergmanclinics.nl)

Zijn er problemen met de wond? Graag een mail naar de wondverpleegkundige met een foto van de wond, uw naam en geboortedatum naar: [wondverpleging.bbr@bergmanclinics.nl](mailto:wondverpleging.bbr@bergmanclinics.nl)

De verpleegkundigen streven ernaar binnen een werkdag te reageren.

### Direct telefonisch contact opnemen

Voor **calamiteiten** en **spoedgevallen** nadat u bij Bergman Clinics Breda bent geholpen, is Bergman Clinics Breda 24 uur per dag, 7 dagen per week telefonisch bereikbaar.

Voorbeelden hiervan zijn:

- Acute zwelling, pijn en roodheid
- Koorts, koude rillingen, duizeligheid en/of zich ziek voelen
- Ernstige wondlekkage
- Een rood glanzend wondgebied
- Onhoudbare pijn na ingreep
- Acute zwelling met verharde rode kuit

Is er een medisch spoedgeval belt u ons op het spoednummer. Deze krijgt u mee bij ontslag. Bij een levensbedreigende situatie belt u natuurlijk **112**

**Bij acute benauwdheidsklachten en/of pijn op de borst belt u 112**

## Controles na uw operatie

Er wordt voor u een controleafspraak gemaakt voor twee weken na ontslag op de poli bij de fysiotherapeut. Dan zullen de hechtingen worden verwijderd. Daarna maakt u een afspraak voor vervolgccontrole.

Afspraak	Tijd na de operatie	Bij wie?
Controle + evt. verwijderen hechtingen	2 weken	Fysiotherapeut
Controle	6 weken met controlefoto	Orthopedisch chirurg

## Complicaties

### Wondcomplicaties

Een complicatie van de wond is een infectie of een hematoom. Een infectie kenmerkt zich door zwelling, roodheid en pijn. Een hematoom is een bloeding. Vaak is er dan ook een zwelling en een bloeditstorting te zien. Hier kunt u 6 tot 12 weken last van hebben.

### Verminderd gevoel van de huid in het operatiegebied

Doordat er tijdens de operatie de huid wordt opengesneden worden er ook zenuwen doorgehaald. Dit zal moeilijk herstellen en er is een grote kans dat de huid van uw schouder rond de wond verdoofd blijft. Hier heeft u over het algemeen geen last van.

### Nabloeding

Een nabloeding leidt tot een blauwe verkleuring van schouder en arm en geeft zwelling en pijn in de schouder gedurende enkele weken. De arm zo veel mogelijk hoog leggen geeft verlichting van klachten. Een nabloeding leidt tot verlenging van het revalidatietraject.

### Infectie

Een infectie is een ernstige, maar zeldzame complicatie. Om het risico op infecties te verkleinen wordt preventieve antibiotica toegediend. Tevens wordt er geopereerd in een omgeving die de lucht zo schoon mogelijk houdt. Een zeer klein percentage van de patiënten die bijvoorbeeld een nieuwe prothese geplaatst hebben gekregen, loopt een infectie op. Dit kan een oppervlakkige infectie zijn, maar ook een diepe infectie rond de delen van de prothese, waarbij deze diepe infecties kunnen leiden tot ernstige complicaties. Vroegtijdige herkenning van een infectie is daarom van belang voor u. Behandeling van dergelijke infecties kan op verschillende manieren plaatsvinden. U kunt via een infuus antibiotica toegediend krijgen, maar ook een operatieve ingreep kan noodzakelijk zijn om de wond te reinigen. Bij een diepe infectie kan uw orthopedisch chirurg besluiten de prothese in zijn geheel te verwijderen.

### Trombose/longembolie

Bloedstolsels (trombose) kunnen ontstaan in een bloedvat, bijvoorbeeld door langdurig stilliggen tijdens de operatie of minder te bewegen na de operatie. Om trombose te voorkomen kun je het beste regelmatig bewegen en wat kleine oefeningetjes doe die de fysiotherapeut heeft benoemd.

### Symptomen trombosebeen

- Been dat opeens opzwelt
- Zwaar gevoel of pijn in het been
- Witte, rode of blauwe verkleuring van het been
- Strakgespannen huid: rood en glanzend, met zichtbare aderen
- Lichte verhoging
- Veel pijn in het been en/of bij het lopen.
- Gevoel van zweepslag in de kuit

### Symptomen longembolie kunnen zijn

- Een benauwd gevoel
- Pijn op de borst tijdens het ademen
- Hoesten, soms zit daar bloed bij
- Een versnelde ademhaling
- Een verhoogde hartslag
- Zweeten
- Een licht gevoel in het hoofd
- Een zwakkere hartslag

**Preventieve maatregelen zijn vroege mobilisatie (zo snel mogelijk uit bed). Rook niet en voorkom meeroken. Drink voldoende, het liefst water.**

## Veel gestelde vragen

### Ik heb een block gehad, hoe lang blijft mijn arm gevoelloos?

Dit blijft ongeveer 24 uur zitten. Wel kunnen er nog andere klachten optreden zoals:

- Heesheid
- Kortademigheid
- Afhangend ooglid of mondhoek
- Verdoofd en/ of tintelend gevoel oor

Dit verdwijnt ook na ongeveer 24 uur.

### Wanneer mag ik na de operatie weer gaan fietsen, autorijden en/of sporten?

De eerste 6 tot 8 weken mag u niet fietsen en geen auto rijden. Sporten is in overleg met uw orthopedisch chirurg.

### Hoe lang gaat een schouderprothese mee?

Een schouderprothese kan 10 tot 15 jaar blijven zitten.

### Kan een schouderprothese worden vervangen?

Ja dit kan.

### Hoe lang ben ik uit de "roulatie"?

Na een schouderoperatie moet je herstellen en revalideren. Hoe lang de revalidatie duurt, is voor iedereen verschillend. Over het algemeen herstel je het meest in de eerste 6 weken tot 3 maanden na de ingreep. Soms duurt het echter tot een jaar om tot het eindresultaat te komen.

### Hoe lang blijft mijn schouder pijnlijk aanvoelen?

U zult merken dat na de operatie de pijn geleidelijk minder wordt. Verbetering is nog steeds te merken tot 4 à 6 maanden tot een jaar na de ingreep.



### Wanneer mag ik weer vliegen?

U mag vanaf 6 weken **na** de operatie **weer** gaan **vliegen**.

### Gebruik van antibiotica na een protheseoperatie?

Bij de operatie die u heeft ondergaan is een kunstgewricht (prothese) geplaatst. Omdat u een prothese heeft, moet u in sommige gevallen medicatie (antibiotica) gebruiken om een infectie van de prothese te voorkomen.

Omstandigheden waarbij u actief moet aangeven dat u een prothese heeft en mogelijk vooraf antibiotica moet gebruiken:

- Meld bij toekomstige medische behandelingen of ingrepen altijd aan uw behandelend arts dat u een kunstgewricht heeft.
- Wees met name heel alert bij operaties in een geïnfecteerd gebied waar pus voorkomt.

Er is **geen** antibiotica nodig ter preventie van een infectie van een gewrichtsprothese bij:

- Een mond- of tandheelkundige ingreep waarbij geen abces aanwezig is en/of pus verwacht wordt.
- Patiënten met een verminderde weerstand. Bij patiënten met een verminderde weerstand is geen verhoogde kans op infecties.

Het is aan te bevelen om te zorgen voor een goede gebitshygiëne en regelmatig een tandheelkundige controle te laten doen.

## Fysiotherapie en revalidatie thuis

### Revalidatieprotocol:

\*Indien andere individuele adviezen vanuit Bergman worden doorgegeven op het operatieverslag en/of de verwijzing fysiotherapie, dan zijn deze leidend.

<i>Week 1-2</i>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Wondgenezing is het belangrijkste in deze fase</li><li>▪ Pijnmanagement</li><li>▪ Dag en nacht dragen van de immobiliser</li><li>▪ Vermijden van exorotatie &gt;10°</li></ul>	
<i>Belasting</i>	Onbelast	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Oefenen hand en elleboog functie</li></ul>
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM 30° AF, 30° ABD en 10° EXO	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Passief mobiliseren</li><li>▪ Pendel en slinger oefeningen</li><li>▪ Oefeningen in de safe zone (ondersteund binnen 30° AF en 30° ABD)</li></ul>
<i>Kracht</i>	-	
<i>Coördinatie</i>	Houding	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Oefeningen gericht op houding</li></ul>

**Na twee weken controle bij de fysiotherapeut van Bergman Clinics, incl. hechtingen verwijderen.**

*\*Gelieve bij een afwijkend beloop een verslag mee te geven*

<b>Week 3-4 Doelen</b>		<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op pijnmanagement</li> <li>▪ Gericht op het uitbreiden van PROM</li> <li>▪ Dag en nacht dragen van de immobiliser</li> <li>▪ Monitoren scapula thoracale bewegingen</li> <li>▪ Houding</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Partieel/geleid actief	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Passief mobiliseren</li> <li>▪ Geleid actief mobiliseren</li> <li>▪ Pendel en slinger oefeningen</li> <li>▪ Oefeningen in de safe zone (ondersteund binnen 30° AF en 30° ABD)</li> <li>▪ Oefenen hand en elleboog functie</li> </ul>
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM/geleid actief 60° AF, 60° ABD en 10° EXO	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Passief en geleid actief mobiliseren</li> </ul>
<i>Kracht</i>	Isometrisch ( <i>start activatie cuff en deltoideus</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op activatie cuff en deltoideus</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Houding  Re-educatie proprioceptis scapula	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op houding</li> <li>▪ Scapula thoracale training</li> </ul>

<b>Week 5-6 Doelen</b>		<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op afbouwen immobiliser</li> <li>▪ Pijnmanagement</li> <li>▪ Monitoren scapula thoracale bewegingen</li> <li>▪ Houding</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Actief	
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM 90° AF, 90° ABD en 10° EXO  AROM uitbreiden op geleide van klachten	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Passief en geleid actief mobiliseren</li> <li>▪ OT gericht op AROM</li> </ul>
<i>Kracht</i>	Isometrisch /Opbouw functionele kracht	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op activatie cuff en deltoideus</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Start met opbouwen functionele kracht binnen gesloten keten</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Re-educatie proprioceptis Scapula/GH/houding	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op houding</li> <li>▪ Scapula thoracale training</li> </ul>

**Na 6 weken controle bij de behandelend orthopeed van Bergman Clinics**

*\*Gelieve bij een afwijkend beloop een verslag mee te geven*

<b>Week 6-12</b>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op verbeteren AROM en PROM</li> <li>▪ Verbeteren van kracht en stabiliteit GH en ST</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Volledig	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Start keten training incl. core stability</li> </ul>
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM en AROM uitbreiden binnen de pijngrens	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Functionele kracht verder opbouwen gesloten/open keten</li> </ul>
<i>Kracht</i>	Functionele kracht	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Functionele kracht verder opbouwen gesloten keten met weerstand cuff, deltoideus, , teres major, pect major</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Re-educatie proprioceptis Scapula/GH/houding  Motorische controle optimaliseren in de keten	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op houding</li> <li>▪ Scapula thoracale training</li> <li>▪ Motorisch leren principe</li> </ul>

<b>Week 12-24</b>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op verbeteren functionele belastbaarheid</li> </ul>	

<i>Belasting</i>	Volledig	Ketentraining incl. core stability
<i>Range of Motion (ROM)</i>	Functioneel	Functionele keten oefeningen
<i>Kracht</i>	Functioneel	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Start open keten oefeningen</li> <li>▪ Kracht oefeningen gericht op ADL functie en specifieke werk/sport vereisten</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Motorische controle optimaliseren in de keten	Motorisch leren principe

Week 24+
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Niet gehaalde doelen realiseren</b></li> <li>▪ <b>Verder revalideren bij aangepaste hulpvraag</b></li> <li>▪ <b>Adviezen opvolgen behandelend arts</b></li> <li>▪ <b>Behandelfrequentie afbouwen richting zelfstandig trainen</b></li> </ul>

**Uw vragen / aantekeningen**

---



---



---