

AC Artrose



U heeft schouderklachten, veroorzaakt door AC artrose. Deze folder geeft informatie over de aandoening en de behandeling.

Aandoening

Wat is AC artrose?

Het punt waar het sleutelbeen verbonden is met het schouderblad noemt men het acromio-claviculaire gewricht. AC artrose is slijtage van het acromio-claviculaire gewricht. In de volksmond wordt AC artrose ook wel artrose van het sleutelbeen genoemd.

Wat zijn de oorzaken van AC artrose?

We gebruiken onze schouder voortdurend, waardoor er veel spanning op het AC-gewricht komt en slijtage snel kan optreden. Het AC-gewricht staat onder continue stress bij bovenhandse activiteiten. Gewichtsheffers en anderen die regelmatig zware lasten bovenhands moeten optillen hebben eerder last van slijtage van het AC-gewricht. Bij deze personen ontstaat artrose van het AC-gewricht vaak op jongere leeftijd. Slijtage van het AC-gewricht kan ook een resultaat zijn van letsel aan het gewricht, zoals bijvoorbeeld een luxatie (het uit de kom schieten van een gewricht). Een luxatie van het AC-gewricht, oftewel AC-luxatie, komt geregeld voor. Meestal is een AC-luxatie het gevolg van een val op de schouder. De schouder geneest, maar jaren later kan slijtage ervoor zorgen dat het AC-gewricht pijnlijk wordt.

Klachten en symptomen

In welke levensfase komt het voor?

Slijtage van het AC-gewricht komt vaak voor bij 40-plussers. Wanneer men vaak bovenhands zware lasten optilt dan kan de artrose zich op jongere leeftijd ontwikkelen.

Welke klachten en symptomen kan iemand hebben?

Veelvoorkomende symptomen bij AC artrose zijn:

- Pijn in de schouder, de pijn is voortdurend aanwezig of alleen als u uw arm wilt bewegen. Een bijkomende klacht kan zijn dat uw schouder 's nachts pijn doet.
- Bewegingsproblemen, de schouder kan kraken bij beweging.

Diagnose en onderzoek

Hoe en door wie wordt de diagnose gesteld?

Patiënten met schouderklachten worden gezien op ons schouderspreekuur. Om uw klachten goed in beeld te brengen, krijgt u van tevoren een vragenlijst opgestuurd. De ingevulde vragenlijst neemt u mee naar de polikliniek en wordt aan uw dossier toegevoegd. Het is daarom van belang dat u de lijst zo goed en compleet mogelijk invult. Op de dag van het polibezoek zal er eerst een röntgenfoto van de aangedane schouder worden gemaakt, tenzij deze al recent is gemaakt. Vervolgens wordt u eerst gezien door één van onze schouderfysiotherapeuten, die een masteropleiding in manuele en sportfysiotherapie gevolgd hebben. Deze heeft een eerste gesprek met u, verricht een lichamelijk onderzoek en maakt een echografie van de schouder. Daarna komt de orthopedisch chirurg bij u en wordt alles op een rijtje gezet om tot een goede diagnose en behandelplan te komen. De twee afspraken samen duren ongeveer 30-45 minuten. We hopen u zo in één bezoek een diagnose en een behandelplan te kunnen bieden. In sommige gevallen is het nodig om aanvullend een MRI of botscan te maken, dit gebeurt via aparte afspraken.

Vragen?

Tijdens kantooruren kunt u contact opnemen met het secretariaat van OCON, telefoonnummer **088 - 708 3370**.

Welke onderzoeken worden gedaan?

Naast een lichamelijk onderzoek en het bespreken van uw klachten worden er röntgenfoto's van de schouder gemaakt. Deze foto's helpen om vast te stellen of er sprake is van slijtage. Afhankelijk van de bevindingen bij het onderzoek zal de orthopedisch chirurg een CT-scan maken om de mate van slijtage te bepalen of een MRI-scan om de pezen te beoordelen.

Behandeling

Nadat de diagnose is gesteld bepaalt de orthopedisch chirurg, in overleg met u en de fysiotherapeut, de meest effectieve behandeling. Vaak is de eerste stap een niet-operatieve (conservatieve) behandeling.

Niet-operatieve (conservatieve) behandeling

De behandeling van AC artrose is in de eerste plaats conservatief. Bij beperkte klachten zal de orthopedisch chirurg eerst voorstellen om in behandeling te gaan bij de fysiotherapeut, gecombineerd met pijnmedicatie. Als deze pijnmedicatie niet afdoende is, dan kan de orthopedisch chirurg beslissen tot het zetten van een injectie met een combinatie van een verdovende vloeistof en een krachtige ontstekingsremmer (corticosteroïden in het AC-gewricht).

Operatieve behandeling

Mocht de conservatieve behandeling niet het gewenste effect behalen, dan kan de orthopedisch chirurg samen met u besluiten tot een operatie, een zogenaamde laterale clavicula resectie (zie afbeelding 1). Hierbij wordt ongeveer 6 tot 10 millimeter van het sleutelbeenuiteinde weggehaald, zodat er geen pijnlijk contact meer mogelijk is tussen het schouderdak en het sleutelbeen. Het littekenweefsel dat ontstaat - tussen het schouderdak en het nieuwe uiteinde van het sleutelbeen - voorkomt dat de botstukken elkaar raken en opnieuw pijn kunnen veroorzaken.

Voor de operatie

Anesthesie

De te opereren schouder wordt verdoofd met een regionaal pijnblok (een zenuwblokkade), al dan niet in combinatie met algehele narcose. Vlak voor de operatie krijgt u dit pijnblok

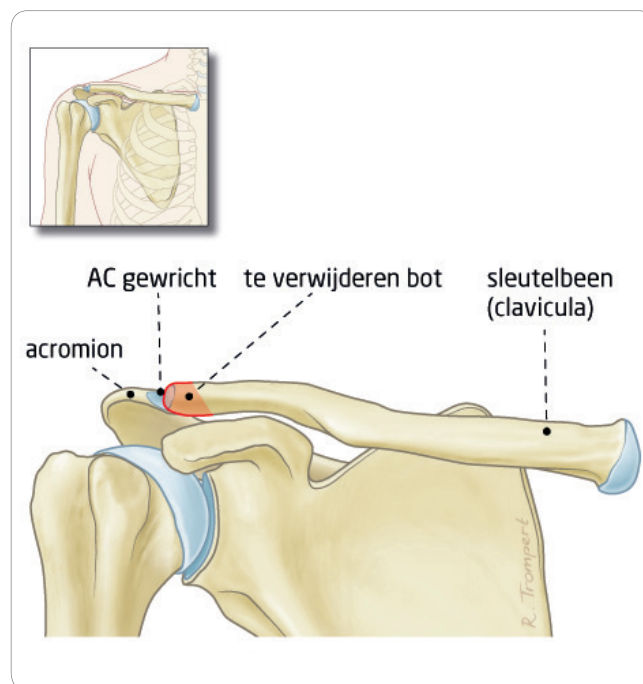
toegediend door een prik in uw hals. Dit zorgt ervoor dat u tijdens, maar ook nog een aantal uren na de operatie minder tot geen pijn voelt. Deze pijnblokkade is meestal binnen 12 tot 24 uur uitgewerkt.

Tijdens de operatie

De operatie wordt uitgevoerd via een open procedure of via een kijkoperatie (arthroscopie). Bij een open procedure maakt de orthopedisch chirurg een kleine snee van ongeveer vier tot zes centimeter. Bij een kijkoperatie maakt hij drie steekgaatjes van een centimeter, waardoor hij (na het opvullen van de schouder met water) een kijkbuisje en hulpinstrumenten kan inbrengen. Hiermee wordt het totale schoudergewricht bekeken en waar nodig behandeld. Uw orthopedisch chirurg bespreekt vooraf met u op de polikliniek welke behandeling u krijgt. De operatie duurt ongeveer 30 tot 60 minuten.

Hechtingen

De wond wordt altijd gehecht met oplosbare hechtingen; soms zullen er ook hechtpleisters op de huid worden geplakt. Na tien dagen mag u deze hechtpleisters zelf verwijderen of anders via de huisarts.



Afbeelding 1 Laterale clavicularesectie

Na de operatie

Opnameduur

Voor een laterale clavicula resectie blijft u in principe 1 nacht in het ziekenhuis, de opname is op de dag van de operatie.

Resultaat

De meeste patiënten zijn grotendeels pijnvrij na 6 tot 12 weken na de operatie, het kapsel bovenop de schouder blijft vaak lang gevoelig.

Complicaties

Ondanks alle zorg die aan de operatie besteed wordt, kunnen er nadien soms toch complicaties optreden.

De meest voorkomende complicaties zijn:

- een **nabloeding** in de schouder;
- een **stijve schouder**, een frozen shoulder;
- een **infectie van de wond**. Antibiotica wordt voorgeschreven afhankelijk van de ernst van de infectie en in sommige gevallen wordt de wond gespoeld;
- **schade** door de operatie **aan structuren rond de schouder**, zoals zenuwen of bloedvaten; **dit is zeer zeldzaam**.

Contact opnemen

De wond blijft na de operatie van het AC-gewricht soms lang gevoelig.

Neem contact op met uw orthopedisch chirurg indien:

- **u een bloeding hebt die niet stopt** nadat u er 10 minuten stevig tegenaan hebt gedrukt;
- **u heftige pijn hebt** die niet goed reageert op de pijnmedicatie;
- een **infectie van de wond** zich uit in roodheid, zwelling, pijn en eventueel pus;
- er sprake is van een **abnormale zwelling of koorts**;
- **u het vanwege andere redenen niet vertrouwt**.

U kunt hiervoor **tijdens kantooruren** bellen met het secretariaat van OCON, telefoonnummer: **088 - 708 3370**.

Buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de verpleegafdeling van OCON, telefoonnummer: **088 - 708 5560**.

Nabehandeling

Sling

Na een laterale clavicula resectie krijgt u een sling (draagband) aangemeten (zie afbeelding 2). Deze sling moet u 1-2 weken dragen en voorkomt dat u de schouder overbelast. Zorg er bij het dragen van deze sling voor dat de pols iets hoger hangt dan de elleboog en dat de eindlus van de sling op uw pols/pink leunt, zie afbeelding 2. U mag de sling alleen afdoen wanneer u zich gaat douchen/wassen. Bij het aankleden van uw bovenkleding buigt u licht voorover en doet u eerst de behandelde arm door het T-shirt of het hemd, de onbehandelde arm volgt daarna.



Afbeelding 2 Sling

Revalidatie

U moet er rekening mee houden dat u na de operatie geen auto kunt rijden en niet mag fietsen gedurende 6 - 8 weken. Dit kan weer als u weinig pijn heeft met een goede controle over de arm en schouder, zodat dit ook verantwoord is. Voor het herstel van deze ingreep moet u rekenen op een periode van 2 maanden tot een half jaar. Contactsporten en bovenhandse sporten zijn mogelijk na gemiddeld 3 maanden na de operatie.

Werkherhvatting: licht werk (niet tillen) na 10 dagen - 6 weken, matig zwaar werk (lichte last tillen, onder schouderhoogte) na 6 weken, zwaar werk 3 - 6 maanden postoperatief.

Fysiotherapie

Onze fysiotherapeut geeft u instructies voor uw eigen fysiotherapeut mee, zie het fysiotherapieprotocol op onze website. U mag zelf kiezen waar u revalideert, echter onze voorkeur gaat uit naar een schouderfysiotherapeut die lid is van schoudernetwerk.nl.

Oefeningen

U kunt thuis oefeningen doen om het herstel te bespoedigen. Deze oefeningen staan beschreven op onze website bij de informatie over de nabehandeling van AC artrose. Onder het kopje fysiotherapie vindt u een link naar het fysiotherapieprotocol voor de nabehandeling van een laterale clavicula resectie.

Medicatie

Het is belangrijk om te weten dat schouderoperaties erg pijnlijk kunnen zijn. U krijgt daarom een recept voor goede pijnstillers mee. Ondanks deze pijnstillers kunt u de eerste weken na de operatie pijn voelen. Daarna wordt de pijn langzaam minder.

Controle

Er wordt 6 - 8 weken na de operatie een controle afspraak bij uw orthopedisch chirurg op de polikliniek gemaakt.

Over OCON

Wetenschappelijk onderzoek

Binnen OCON, Orthopedische kliniek wordt wetenschappelijk onderzoek gedaan om onze zorg te optimaliseren. Patiënten-data, welke in het kader van reguliere zorg verzameld worden, kunnen hiervoor anoniem gebruikt worden. Mocht u hier bezwaar tegen hebben dan willen we u vriendelijk verzoeken dit kenbaar te maken via wetenschap@ocon.nl

Meer informatie

Voor informatie over uw bezoek aan de polikliniek, dagbehandelingen of alles rondom het verblijf op de verpleegafdeling verwijzen wij u graag naar onze website www.ocon.nl

Vragen

Heeft u vragen of opmerkingen over de informatie in deze brochure? Dan kunt u altijd contact opnemen door middel van het contactformulier op onze website. Daarnaast kunt u ons telefonisch bereiken via telefoonnummer **088 - 708 3370**.

OCON Hengelo
Geerdinksweg 141
7555 DL Hengelo

OCON Almelo
Zilvermeeuw 1
7609 PP Almelo

Postadres
Postbus 546
7550 AM Hengelo

Website
www.ocon.nl