

## Brace voor de knieschijf luxatie

U krijgt een behandeling van uw knieschijf omdat deze uit de kom is geweest. In deze folder leest u hier meer over. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen.

### Wat is een patella-luxatie?

Een patella-luxatie is het 'uit de kom' gaan van de knieschijf. Dit kan ontstaan door een ongeval of bij sportblessures. Maar het kan ook spontaan gebeuren, dus zonder dat daar direct een reden voor is.

### Hoe weet u of u een patella-luxatie heeft gehad?

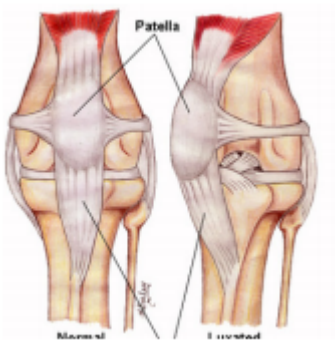
Een patella-luxatie heeft een aantal kenmerken:

- De knieschijf is altijd naar de buitenkant van de knie 'geschoten'.
- In de meeste gevallen is de knieschijf ook vanzelf (spontaan) weer terug op de goede plaats gekomen. Een enkele keer moet de knieschijf door een arts worden teruggeplaatst (zie behandeling).
- De pijn en zwelling voelt u juist aan de binnenzijde van de knie. Dit is de plek waar de band gescheurd is.

De arts kan op basis van uw klachten vaststellen of u inderdaad een patella-luxatie heeft gehad. Bij twijfel laat hij een röntgenfoto maken om zeker te zijn dat er geen sprake is van een breuk.

### De behandeling van een patella-luxatie

Het komt voor dat de knieschijf niet vanzelf terugschiet. Deze moet dan eerst worden teruggeplaatst. Dit gebeurt op de Spoedeisende Hulp. Hier wordt uw knie in strekstand gebracht. Met lichte druk op de knieschijf, vanaf de buitenzijde van uw been, wordt de knieschijf vervolgens teruggeplaatst. Daarna volgt een behandeling die in totaal zes weken duurt.



### Een gipsspalk of gipskoker

Na de behandeling krijgt u mee:

- een recept voor injecties ter voorkoming van een trombose (bloedstolsel). Alleen als u ouder bent dan 16 jaar.
- een afspraak met de Gipskamer voor het aanleggen van een kniekoker.

U draagt deze gipskoker 2 weken. In die tijd mag u met de kniekoker om uw been gewoon lopen, eventueel met behulp van krukken.

### **Een kniebrace na 2 weken**

Na twee weken komt u terug op de Gipskamer en legt de gipsverbandmeester een kniebrace aan (zie foto's). U draagt deze brace 4 weken. De kniebrace is een neopreem (rubberachtige) elastische kous die ondersteuning geeft aan de knieschijf. Aan de zijkanten zitten twee spalken en een verdikte band om te voorkomen dat u weer een luxatie krijgt. De brace heeft bovendien twee rekbare fixatie (sluitings)-banden. U mag nu het lopen met krukken weer op gaan pakken en u mag uw knie buigen.

### **Belangrijk om te weten bij het dragen van de kniebrace**

- U moet de brace 24 uur per dag dragen.
- In overleg met u behandeld arts mag u de brace afdoen bij het douchen. U houdt daarbij uw knie gestrekt.
- Het is belangrijk om in deze periode van behandeling uw spieren in het been van de palleta-luxatie te oefenen.



### **Oefeningen**

- Ga op een bed/bank liggen en til uw gehele aangedane been op vanuit de bovenbeenspieren en houdt dit zolang mogelijk vast. U mag het ook met beiden benen tegelijk doen.
- Herhaal dit 10x achter elkaar en doe dit 5 keer per dag. Zo houdt u de bovenbeenspieren (quadricepspezen) in optimale conditie.



### **Laatste afspraak**

In totaal duurt de behandeling zes weken. Bij de laatste afspraak test de arts uw knie. Als deze voldoende stabiel is mag de brace afblijven en mag u uw knie gaan gebruiken zonder ondersteuning.

### **Vragen?**

U kunt u altijd terecht bij uw behandelend arts of de gipsverbandmeester.

Tijdens kantooruren belt u de gipsverbandmeester:

- Amphia Breda: (076) 595 40 69
- Amphia Oosterhout: (0162) 32 73 63

In de avond- en nachturen en in het weekend neemt u contact op met de Spoedeisende Hulp van Amphia Breda: (076) 595 40 47

Meer lezen over de gipskamer van Amphia?

[Ga naar afdeling Gipskamer \(https://www.amphia.nl/afdelingen/gipskamer\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/gipskamer)