

# Diagnose gescheurde voorste kruisband

Wat staat u te wachten?



# Gescheurde kruisband

## Het letsel

### Oorzaken

Een gescheurde kruisband is het meest voorkomende letsel aan banden van het kniegewricht. Bijna driekwart van alle gescheurde kruisbanden treedt op bij het sporten, merendeels bij het gelijktijdig buigen en verdraaien van het kniegewricht.

### Bijkomende letsels

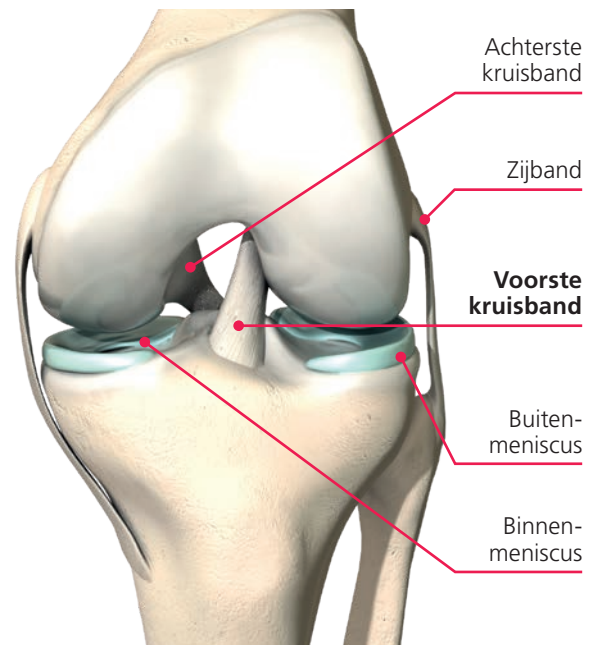
Gescheurde kruisbanden gaan vaak gepaard met ander letsel aan het kniegewricht. Dit zijn beschadigingen van de menisci, het kraakbeen of de zijbanden.

### Gevolgen

Door een gescheurde voorste kruisband wordt uw knie instabiel. Door aanhoudende onvastheid en instabiliteit van het kniegewricht bestaat er een duidelijk verhoogd risico op ernstig secundair letsel aan de meniscus en het kraakbeen.

### Diagnose

Om tot een diagnose van een gescheurde kruisband te komen, zal de behandelend arts uw knie met behulp van stabiliteitstesten onderzoeken. Bij een vermoeden van letsel zal de arts u aanmelden voor een MRI-scan (kernspintomografie). Voor dit onderzoek wordt u, liggend op een tafel, in het MRI-apparaat geplaatst. Het onderzoek duurt gewoonlijk 20 à 30 minuten. Daarna kunt u uw gewone bezigheden op de gebruikelijke manier verrichten.







# Behandelmethoden

## Conservatieve behandeling

Wanneer u als patiënt het gevoel hebt dat uw knie ook na de scheuring voldoende stabiel is, is dat de optimale voorwaarde voor een succesvolle conservatieve behandeling. Doel is om de stabiliteit van de knie voor het dagelijks leven te verbeteren door de dijspieren consequent te trainen.

### **Ziekteverzuim**

Het duurt gemiddeld 1 à 2 weken voordat de zwelling van de knie is geslonken en u als patiënt weer vrij bent van pijn. Daarna kunt u, afhankelijk van uw beroep, zelf weer gaan deelnemen aan het dagelijkse arbeidsproces.

### **Sport**

De revalidatiefase duurt ongeveer zes tot twaalf maanden. Tijdens deze periode kan de knie weer worden blootgesteld aan atletische belasting. Inwendige genezing kost tijd en het genezingsproces verschilt per individu. Nadat u de Back to Sports-test met goed gevolg heeft doorstaan, kunt u terugkeren naar uw normale trainingsprogramma. De test bestaat uit vier oefeningen waarmee de kracht en mobiliteit van de knie worden beoordeeld.

### **Tijdstip van behandeling**

Meteen na de diagnose



# Behandelmethoden

## Operatie – behoud van de kruisband met Ligamys

Ligamys is een nieuwe behandelmethode voor het behoud van de eigen kruisband. Daarbij wordt de knie met behulp van een implantaat dynamisch gestabiliseerd, zodat de gescheurde kruisband in het ideale geval weer vastgroeit en zo zijn volledige functionaliteit terugkrijgt. Het is bij deze behandeling niet nodig om een lichaamseigen pees te verwijderen. De functies van de diepe gevoeligheid, die vooral belangrijk zijn voor het coördinatie- en reactievermogen, blijven in het beste geval behouden.

### **Ziekteverzuim**

Uit klinische gegevens blijkt dat Ligamys-patiënten, vergeleken met patiënten met een kruisbandrecon-

structie, hun werk dikwijls sneller weer kunnen oppakken. Het werk kan na gemiddeld 3 weken weer worden hervat.

### **Sport**

Na een Ligamys-operatie is lichte, niet-belastende sport na circa 6 maanden weer volledig mogelijk (bijv. fietsen, zwemmen, joggen). Contactsport met richtingswisselingen mag echter, afhankelijk van de situatie betreffende de revalidatie, pas op zijn vroegst na 9 maanden weer worden uitgeoefend.

### **Tijdstip van operatie**

Uiterlijk 21 dagen na de scheuring







# Behandelmethoden

## Operatie – kruisbandreconstructie met een pees

Bij deze methode wordt de gescheurde kruisband verwijderd en vervangen door een lichaamseigen of lichaamsvreemde pees. Vervanging van een kruisband is nodig wanneer u vanwege uw activiteitsniveau aangewezen bent op een stabiele knie, wanneer behoud van de kruisband met Ligamys niet mogelijk is of wanneer de stabiliteit van de knie met de conservatieve behandeling of het Ligamys-implantaat niet voldoende kan worden hersteld.

### **Ziekteverzuim**

De ervaring leert dat u na gemiddeld 3 weken weer kunt gaan werken. De werkhervatting heeft als voorwaarde dat de genezing goed verloopt en is afhanke-

lijk van het feit of u een zittend of lichamelijk inspannend beroep uitoefent.

### **Sport**

Na een kruisbandreconstructie is lichte, niet-belastende sport na circa 6 maanden weer volledig mogelijk (bijv. fietsen, zwemmen, joggen). Contactsport met richtingswisselingen mag echter, afhankelijk van de situatie betreffende de revalidatie, pas op zijn vroegst na 9 maanden weer worden uitgeoefend.

### **Tijdstip van operatie**

Volgens afspraak met de arts





Meer informatie over het  
onderwerp 'gescheurde kruisband'  
kunt u vinden op:

[www.ligamys.com](http://www.ligamys.com)

