

Na enkele weken is de zwelling afgenomen. Verder onderzoek kan plaatsvinden door de orthopedisch chirurg. Die kiest mogelijk voor een MRI-scan of een kijkoperatie.

Kijk voor meer informatie over het stellen van de diagnose op www.vorstekruisband.nl

Behandeling

Uw arts raadt over het algemeen eerst fysiotherapie aan. Indien dit niet het gewenste resultaat oplevert, kan een operatie overwogen worden.

Bij een dergelijke operatie wordt uw voorste kruisband vernieuwd. De nieuwe kruisband wordt gemaakt van de knieschijfpees of van hamstringpezen.

In het eerste geval wordt een deel van de knieschijfpees verwijderd. Van de knieschijfpees wordt een nieuwe voorste kruisband gemaakt. Daarna zet de chirurg de nieuwe kruisband vast in het bot van het bovenbeen (dijbeen) en het bot van het onderbeen (scheenbeen).

In het andere geval wordt de nieuwe kruisband niet gemaakt van knieschijfpees maar van hamstringpezen. De chirurg verwijdert twee van uw vier hamstringpezen. Dat levert geen problemen voor u op omdat de andere pezen hun functie overnemen.

Kijk voor gedetailleerde informatie over de behandeling op www.vorstekruisband.nl

Eerste bezoek arts

De arts informeert en controleert:

- Hoe het letsel tot stand is gekomen
- Binnen welk tijdsbestek de knie dik is geworden
- Of u op het been kan staan (onzeker of onstabiel gevoel)
- Of de knieschijf van zijn plaats is geweest
- Of u in het verleden knieklachten heeft gehad

Complicaties

Vooraf bij een voorste kruisbandreconstructie met knieschijfpees, kunt u last hebben van een doof gevoel naast het litteken. Dit neemt na enkele maanden langzaam af.

Bij pijn aan de knie neemt men vaak onbewust een verkeerde houding aan om dit te verlichten. Overbelasting van de bovenbeenspieren kunnen hiervan het gevolg zijn. Oefentherapie kan uitkomst bieden.

In enkele gevallen wordt de knie stijf. Deze kan dan niet meer goed gebogen of gestrekt worden. Dit is een gevolg van littekenweefsel in de knie. Het littekenweefsel moet met een kijkoperatie worden verwijderd.

Er is een geringe kans op wondinfecties of trombose. Wanneer de knie rood of pijnlijk wordt of als de wond gaat lekken dan moet men contact opnemen met de arts. Er is mogelijk sprake van een infectie. Ditzelfde geldt wanneer u na de operatie een pijnlijke kuit krijgt. Er is dan een kans op een trombosebeen.

Meer informatie

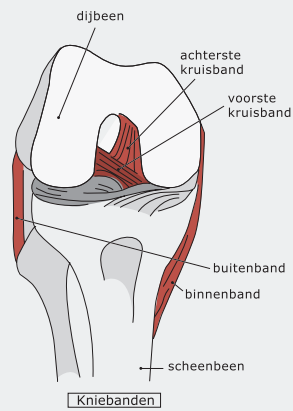
Uitgebreide informatie over voorste kruisbandletsel vindt u op www.vorstekruisband.nl



[vorstekruisband.nl](http://www.vorstekruisband.nl)

Uw eerste hulp bij
voorste kruisbandletsel

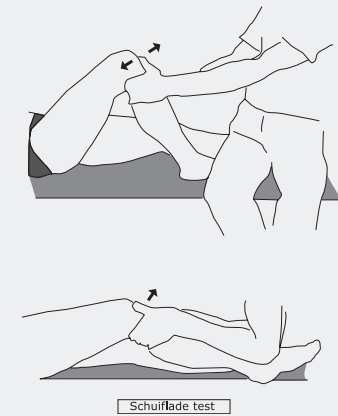
Alle informatie van klachten en oorzaken tot diagnose en behandeling van voorste kruisbandletsel vindt u op www.vorstekruisband.nl



1



www.vorstekruisband.nl



3

Voorste kruisband

De voorste kruisband is een stevige band in het hart van uw knie. Samen met de achterste kruisband, de binnenband en de buitenband zorgt de voorste kruisband voor stabiliteit van de knie. Het bovenbeen is via deze banden stevig verbonden met het onderbeen. De kruisbanden voorkomen dat het onderbeen, tijdens het lopen of rennen, naar voren of naar achteren verschuift.

Wat is voorste kruisbandletsel?

Door een ongeval (trauma) kan er een scheur in de kruisband ontstaan. Dit wordt een voorste kruisbandletsel genoemd.

Klachten

Op het moment dat de kruisband scheurt, hoort men in de meeste gevallen (80%) een 'knappend' geluid in de knie. Door het scheuren van de kruisband ontstaat er vaak een bloeding in het kniegewricht. De knie wordt binnen enkele uren dik en dit heeft veel pijn tot gevolg. Deze pijn kan gepaard gaan met een gevoel van misselijkheid.

Na twee tot drie weken slinkt de zwelling. De pijn verdwijnt hierdoor en de knie kan weer voorzichtig belast worden.

Hoe herken ik voorste kruisbandletsel?

- U kunt uw knie niet meer strekken (de knie zit 'op slot')
- U kunt nauwelijks meer op het been lopen
- U zakt door uw knie en de knie voelt instabiel

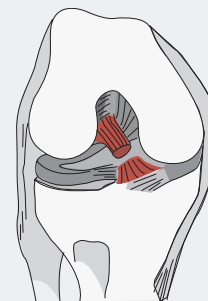
Hoe ontstaat voorste kruisbandletsel?

Voorste kruisbandletsel ontstaat in de meeste gevallen tijdens een ongeluk of bij het sporten.

De oorzaak is een abrupte draaibeweging in het kniegewricht. Hierbij blijft het onderbeen staan en draait het bovenbeen naar buiten. Wanneer deze beweging snel, ongecontroleerd en te ver wordt doorgevoerd, komt de kruisband onder grote spanning te staan en kan scheuren.

Denk bijvoorbeeld aan:

- Vallen terwijl je voet vaststaat
- Verstappen of uitglijden
- Direct omdraaien na een sprong



2

Diagnose

Is de knie al binnen enkele uren gezwollen? Dan is er grote kans dat er bloed in het gewricht aanwezig is. Vanwege de zwelling is de knie te dik en te pijnlijk om te onderzoeken. De arts kan de knie ontlasten door het bloed uit het kniegewricht te halen (punctie). Dit gebeurt door middel van een naald en een spuit.

Vervolgens onderzoekt de arts de beweeglijkheid van de knie. U dient hiervoor op uw rug te liggen en de knie licht te buigen. Er wordt geprobeerd het onderbeen naar voren te trekken (de schuiflade test).

Wanneer het aanvoelt alsof het onderbeen 'los' van het bovenbeen kan bewegen, dan is er sprake van een voorste kruisbandletsel (knie-instabiliteit). Bij een knie met 'gezonde' kruisbanden is dit niet mogelijk.

Onderzoek en diagnose van een gezwollen knie is moeilijk. Dit kan gepaard gaan met pijn voor de patiënt. Om eventuele botbreuken of een letsel aan de meniscus uit te sluiten, worden er röntgenfoto's gemaakt.

Indien blijkt dat u geen breuk heeft aan het bot, brengt de arts een drukverband aan om de knie. Hiermee wordt verdere zwelling tegengegaan. U dient uw knie enkele weken te ontlasten door te lopen met krukken. ▶