

Behandeling

# Achillespees; pijnlijke aanhechting - operatieve behandelingen

Als de conservatieve behandeling van uw achillespeesklachten niet helpt, kan de orthopedisch chirurg de mogelijkheid van een operatie met u bespreken.

Uw orthopedisch chirurg bespreekt met u de mogelijkheden en zal u adviseren. Bij elke operatie is er namelijk een kans op complicaties of kan het resultaat niet zijn wat u verwacht. Er is geen garantie voor een goed resultaat, de klachten kunnen na een operatie verergeren of hetzelfde blijven.

**(073) 553 60 50**

maandag t/m vrijdag van 8.30 - 17.00 uur

## Hoe verloopt de behandeling?

### Vorbereiding

Hoe bereidt u zich voor?

## Preoperatieve Screening en Centraal Apotheek Punt

Het is belangrijk dat u goed en veilig wordt voorbereid op de operatie.

Daarom wordt u enige tijd voor uw opname in het ziekenhuis gebeld door het Centraal Apotheek Punt (CAP)

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/centraal-apotheek-punt-cap>) en door de afdeling PreOperatieve Screening (POS)

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/preoperatieve-screening-posintake>).

De medewerker van het CAP controleert met u de medicatie die u (eventueel) gebruikt. De medewerker van de POS stelt u een aantal vragen over uw thuissituatie en over uw gezondheid.

De anesthesist kan het om medische redenen nodig vinden dat u naar de afdeling Preoperatieve Screening in het ziekenhuis komt. Deze afspraak duurt dan ongeveer 1 uur.

Let op! De gesprekken met het CAP en POS zijn belangrijk; uw operatie kan zonder deze gesprekken niet door gaan.

Op [www.jbz.nl/anesthesie](http://www.jbz.nl/anesthesie) (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/anesthesie>) leest u meer over de verdoving en bewaking tijdens de operatie. Als u hierover vragen heeft, kunt u deze stellen tijdens het gesprek met de POS-medewerker.

# Informatiefolder voorbereiding (dag)opname

Voor de opname krijgt u een folder met informatie over de (dag)opname

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/naar-het-ziekenhuis/voorbereiding-op-een-dagopname-in-het-ziekenhuis>). Deze informatie heeft u nodig om zich goed voor te bereiden. U krijgt de folder als digitale versie in uw MijnJBZ

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>) en als u wilt ook op papier. Lees deze informatie goed door!

## Nuchter zijn

Het is belangrijk dat uw maag voor de operatie leeg is. Dit noemen we nuchter. Dit voorkomt dat de inhoud van uw maag tijdens de operatie in de luchtpijp en longen terecht komt. Als dit gebeurt, kan dat ernstige complicaties geven.

Bent u niet nuchter? Dan kan de operatie niet door gaan.

U moet voor een operatie altijd nuchter zijn, ook als u een regionale verdoving (bijvoorbeeld ruggenprik) krijgt. Om te zorgen dat u nuchter bent, houdt u zich aan de volgende regels:

### Tot 6 uur voor het tijdstip van opname:

- U mag normaal eten en drinken.

### Vanaf 6 uur voor het tijdstip van opname:

- U mag niets meer eten (ook geen snoepjes). U mag nog wel kauwgom kauwen, maar u mag de kauwgom niet doorslikken.
- U mag nog wel drinken: water, helder appelsap, thee of koffie zonder melk (eventueel met zoetjes of suiker).
- U mag niet meer drinken: melk(producten), koolzuurhoudende dranken of alcohol.

### Vanaf 2 uur voor het tijdstip van opname:

- U mag niets meer eten en drinken (ook geen snoepjes). U mag nog wel kauwgom kauwen, maar u mag de kauwgom niet doorslikken. Gooi de kauwgom weg als u naar de operatieafdeling gaat.
- Een slokje water om medicijnen in te nemen – of bij het tandenpoetsen – mag wel.

### Na opname op de afdeling:

- Na opname kunt u nog tot 300 ml ranja (dat zijn 2 glaasjes) met paracetamol op de afdeling van opname aangeboden krijgen.

*Dit zijn algemene instructies voor het nuchter zijn. Het kan zijn dat u van de arts andere instructies krijgt. U ontvangt hierover bericht in uw MijnJBZ en eventueel op papier.*

*Als u een dag vóór de operatie wordt opgenomen, volgt u de instructies van de verpleegafdeling over het nuchter zijn.*

## Stop met roken

U dient minstens 6 weken voor de operatie tot 6 weken na de operatie niet te roken. Het koolmonoxide uit de sigaret in de rook verdringt het zuurstof uit het bloed. Dit is slecht voor de wondgenezing en zorgt voor 4 keer grotere kans op complicaties.

Voor hulp bij stoppen met roken kunt u kijken op Thuisarts.nl (<https://www.thuisarts.nl/stoppen-met-roken>) of [www.rookvrijookkij.nl](http://www.rookvrijookkij.nl) (<https://www.rookvrijookkij.nl/>).

## Kunt u niet naar uw afspraak komen?

Belt u dan zo snel mogelijk, maar uiterlijk een werkdag voordat u de afspraak heeft naar de polikliniek. Uw plaats kan dan gebruikt worden om een andere patiënt te helpen. Zo werkt u ook mee om de wachtlijsten zo kort mogelijk te houden!

## De behandeling

Een operatie aan de achillespees wordt gedaan in dagbehandeling. Dit betekent dat u dezelfde dag weer naar huis mag.

De orthopedisch chirurg bespreekt met u welke operatie in uw geval een oplossing kan zijn:

### Schoonmaken van de peesschede

Als de peesschede ontstoken is of de pees zelf ziek is, kan de peesschede operatief schoon gemaakt worden. Na het schoonmaken worden er meerdere kleine sneetjes in de pees gemaakt zodat de achillespees gestimuleerd wordt om te gaan herstellen.

### Achillespees/kuitspier verlenging (gastroc slide)

Bij een te korte achillespees kan de kuitspier/achillespees operatief verlengd worden. Deze operatie heet een Gastroc Slide (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/operatie-voor-verlenging-van-de-achillespees-gastroc-slide>) en wordt uitgevoerd in het Jeroen Bosch Ziekenhuis. Er wordt een klein sneetje gemaakt bij de kuitspier waardoor de achillespees langer wordt. Hierdoor kunt u de tenen meer naar u toe halen. De snee wordt ongeveer 15 centimeter boven het hielbeen gemaakt. Door de achillespees/kuitspier te verlengen kan er wat krachtsverlies ontstaan bij het op de tenen staan.

### Verwijderen deel hielbeen

Bij achillespeesklachten kan het hielbeen te veel naar achteren steken waardoor het tegen de aanhechting van de achillespees duwt. De orthopedisch chirurg kan dit stukje hielbeen dan verwijderen.

### Verwijderen deel achillespees

In heel uitzonderlijke gevallen kan er voor gekozen worden om het zieke deel van de achillespees te verwijderen. Dit wordt alleen gedaan als de achillespees heel ziek is. Als de achillespees hierdoor te zwak wordt, kan deze versterkt worden met een spier waardoor er verbeterde doorbloeding ontstaat.

## Na de operatie

### Wat gebeurt er na de behandeling?

Na de operatie krijgt u gips aangemeten voor een aantal weken. Hoeveel weken hangt af van de operatie, maar meestal is dit voor 4 tot 8 weken. De eerste week krijgt u een achterspalk, daarna 3 weken loopgips en tot slot 6 weken een nachtspalk. De voet wordt in een stand gezet waarbij de achillespees het beste geneest: met de tenen iets naar beneden wijzend. Het is belangrijk dat u goed rust en het been hoog houdt. De voet moet hoger liggen dan de knie en de knie weer hoger dan de heup.

U moet de voet 2 weken omhoog houden en rust geven. Daarna loopt u 2 weken op krukken met onbelast loopgips. Na 12 tot 16 weken kunt u wijdere schoenen aan. Daarna kunnen de meeste mensen hun normale schoenen weer aan. De zwelling in de voet neemt steeds iets verder af maar u kunt wel een half jaar last hebben van wat zwelling.

Na 1 week komt u terug op de gipskamer en krijgt u een gipswissel na circulair gips voor 4 weken. Na 6 weken komt u op controle bij de orthopedisch chirurg. Meestal worden er oplosbare hechtingen gebruikt. Er hoeven dan geen hechtingen verwijderd te worden.

### Wat doet u bij problemen thuis?

Krijgt u vóór uw controleafspraak meer pijn of blijft u pijn houden? Of zijn er andere problemen die te maken hebben met de operatie? Dan belt u het ziekenhuis.

- De eerste 24 uur na ontslag belt u tijdens kantooruren naar de polikliniek Orthopedie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie>), telefoonnummer (073) 553 60 50. In dringende gevallen buiten kantooruren belt u naar de verpleegafdeling Orthopedie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/verpleegafdeling-orthopedie-a8-zuid>), telefoonnummer (073) 553 25 21.
- Zijn er problemen ná de eerste 24 uur thuis? Dan kunt u bellen naar (073) 553 67 86. Afhankelijk van het tijdstip komt u via dit telefoonnummer in contact met de polikliniek Orthopedie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie>) tijdens kantooruren) of met de afdeling Spoedeisende Hulp (buiten kantooruren).

Bij vragen of problemen ná uw eerste controleafspraak belt u uw huisarts.

Heeft u geen controleafspraak in het ziekenhuis? Dan belt u met het ziekenhuis bij problemen in de eerste 10 dagen na de operatie. Ná 10 dagen belt u met uw huisarts.

## Autorijden met gips

Autorijden, maar ook het besturen van andere vervoersmiddelen mag alleen als u weer goed bent hersteld. Dit zegt de wet. Uw arts kan en mag niet beoordelen of u in staat bent om een auto te besturen. U moet dus zelf een inschatting maken of het veilig en verantwoord is om te rijden met een pols, arm of been in het gips. Autorijden doet u altijd op eigen risico. Wij adviseren u om uw autoverzekeringpolis te bekijken omdat ook uw verzekeraar bepaalde eisen kan stellen aan het rijden met gips.

## Vragen

### Vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u bellen naar de polikliniek Orthopedie. Zij zijn bereikbaar van maandag t/m vrijdag 8.30 - 17.00 uur op nummer (073) 553 60 50.

## Betrokken afdelingen

Orthopedie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie>)

Voet en Enkel Team (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/voet-en-enkel-team>)

Code ORP-105b