

# Peesscheur

(cuff ruptuur)





# Inhoudsopgave

Welkom	4
Peesscheur (cuff ruptuur)	5
Symptomen	6
Diagnose	6
Behandeling	7
Risico's en complicaties	12
Algemene informatie	14
Bergman Clinics	16
Contact	19

# Welkom bij Bergman Clinics | Bewegen

Welkom bij Bergman Clinics | Bewegen. Als het om uw gezondheid gaat, neemt u natuurlijk geen enkel risico. Bij Bergman Clinics | Bewegen doen we dat ook niet. Bij ons team zeer ervaren specialisten bent u in goede handen. Bergman Clinics | Bewegen is hooggespecialiseerd in de behandeling van klachten aan het 'bewegingsapparaat'. Denk hierbij aan pijn aan schouder, knie, heup, hand, voet, enkel, rug en nek. Maar ook voor sportletsel kunt u bij ons terecht. Wij hebben korte toegangstijden. We streven ernaar dat u binnen 2 weken bij ons op consult kunt komen. Ook vinden wij het belangrijk dat er tijd en aandacht is voor uitleg en nazorg. Samen met u kiezen wij de meest optimale behandeling voor uw specifieke situatie.

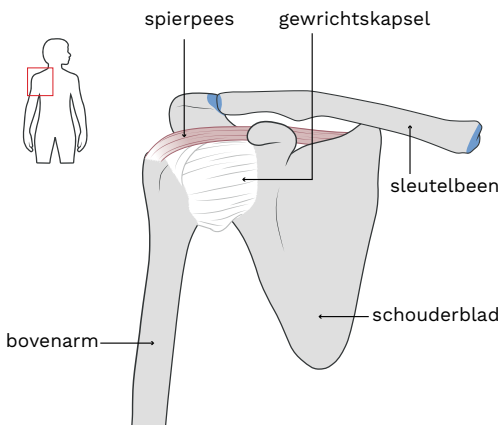
Bergman Clinics | Bewegen vindt u in heel Nederland. Kijkt u voor de exacte locaties op onze website [www.bergmanclinics.nl](http://www.bergmanclinics.nl).

Bergman Clinics heeft afspraken met alle zorgverzekeraars. Uw behandeling wordt daarom gewoon 100% vergoed na verwijzing door uw huisarts of een medisch specialist en bij een medische indicatie. Uiteraard dient u wel rekening te houden met uw eigen risico.

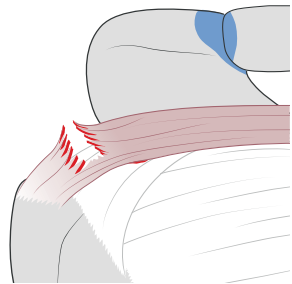
# Peesscheur (Cuff ruptuur)

Een cuff ruptuur is een scheur in één of meerdere pezen van de spieren die rondom het schoudergewricht liggen. De pees verbindt de spier met het bot, waardoor de arm kan bewegen bij het aanspannen van de spier. De spieren rondom het schoudergewricht (rotator cuff) helpen mee bij het optillen en draaien van de arm en het stabiliseren van het schoudergewricht. Wanneer één of meerdere pezen stuk zijn, kan dit pijn doen en kan de kracht en bewegingsmogelijkheid van de arm verminderd zijn.

## schoudergebied



## peesscheur



# Symptomen

Een cuff ruptuur kan pijn doen en zorgen voor verminderde kracht. De pijn zit in de schouder met uitstraling in de arm. Andere klachten zijn stijfheid en verlies van bewegingsmogelijkheden. Het kan bijvoorbeeld moeilijker worden om de haren te kammen, de arm op de rug te krijgen of om een jas aan te trekken. De meeste scheuren ontstaan als gevolg van slijtage/veroudering. Dit is een proces van jaren waarbij de scheur steeds iets groter kan worden. Daarnaast kan een peesscheur in de schouder ontstaan wanneer te veel kracht op de pezen is komen te staan, bijvoorbeeld door een ongeval of als de schouder uit de kom is gegaan.

# Diagnose

De orthopedisch chirurg onderzoekt u en stelt een diagnose. Soms is het nodig om eerst aanvullend onderzoek te doen, zoals een röntgenfoto, echo of MRI. De orthopedisch chirurg bepaalt samen met u het optimale behandelplan. Het is belangrijk om eventueel medicijngebruik te melden. U heeft tijdens uw afspraak alle gelegenheid om wensen en verwachtingen te uiten.

## Second opinion

Komt u voor een second opinion, lever dan tijdig eerder gemaakte röntgenfoto's en uw medisch dossier aan. Overleg met onze arts hoe en wanneer u dit kunt aanleveren.

# Behandeling

Nadat de diagnose is gesteld, bepaalt de orthopedisch chirurg in overleg met u de meest effectieve behandeling. De behandeling is onder andere afhankelijk van de oorzaak en ernst van de scheur.

## Behandeling zonder operatie

Vaak is de eerste stap in de behandeling een ontstekingsremmer gecombineerd met fysiotherapie. Zo nodig kan een injectie geplaatst worden. Bij veel mensen vermindert dit de pijn en neemt de bewegingsvrijheid toe. Doordat er veel spieren rondom de schouder lopen die samenwerken, kan de functie van de gescheurde pees opgevangen worden als de irritatie en pijn zijn afgenomen.

## Behandeling met operatie

Helpt deze behandeling niet of niet genoeg, dan kan de orthopedisch chirurg de pees met een operatie repareren (cuff repair). Een voorwaarde voor het kunnen hechten van de pezen is dat de grootte van de scheur binnen bepaalde grenzen valt en dat de kwaliteit van de spier nog voldoende goed is.



## Vorbereiding op de operatie

Voor een operatie vindt bijna altijd een pre-operatieve screening plaats. Alleen als u onder plaatselijke verdoving wordt geopereerd is een screening niet nodig. De anesthesiemedewerker neemt met u uw medische achtergrond door. Vervolgens wordt het anesthesie- en operatiebeleid, het medicatie- en misselijkheidsbeleid en ook het nuchterbeleid met u besproken. Het is heel belangrijk dat u zich goed houdt aan deze afspraken, omdat de operatie anders mogelijk niet door kan gaan.

## Tijdens de operatie: nuchter zijn!

U dient zich op de dag van operatie nuchter te melden. Uw operatie kan alleen doorgaan als u nuchter bent. Voor onze voorlichting hierover, verzoeken wij u vriendelijk om onze anesthesiologie brochure nauwkeurig te lezen.

## Medicijn gebruik

Wanneer u medicijnen gebruikt, neemt u deze mee in de originele verpakking om te gebruiken tijdens uw verblijf bij ons.

Hierbij vragen wij ook uw aandacht voor aanmelding bij LSP (= Landelijk Schakelpunt). Met uw toestemming kunnen apothekers uw medicatiedossier delen. Zo zijn wij altijd op de hoogte van het recente medicatiegebruik. Meer informatie over het Landelijk Schakelpunt en het verlenen van toestemming vindt u op [www.volgjezorg.nl](http://www.volgjezorg.nl)

Bent u niet aangemeld bij het LSP, neem dan een actueel medischoverzicht mee naar de afspraak (niet ouder dan 1 maand). Dit is op te vragen bij uw apotheek.



**Het is belangrijk ook de volgende informatie te melden:**

- Het gebruik van bloedverdünnende medicijnen.
- Het is belangrijk om, in overleg met uw behandelend specialist, vóór de operatie afspraken te maken over het gebruik van uw medicijnen. De operateur beslist samen met de anesthesioloog of u wel of niet moet stoppen met de uw medicijnen.
- Overgevoeligheid of een allergie voor medicijnen of andere stoffen, bijvoorbeeld voor antibiotica, jodium, pleisters, nikkel of chroom.
- U hebt diabetes.
- U hebt slaapapneu.
- U hebt een ziekte of aandoening waarvoor u momenteel onder behandeling bent bij een andere specialist.

**Gezondheidsvragenlijst**

Ter voorbereiding op de operatie krijgt u een gezondheidsvragenlijst met vragen over uw gezondheid. Vult u deze lijst naar waarheid en zo volledig mogelijk in. Op basis van de gegevens maken de anesthesiemedewerker en de anesthesioloog een inschatting of het veilig is bij Bergman Clinics te worden geopereerd.

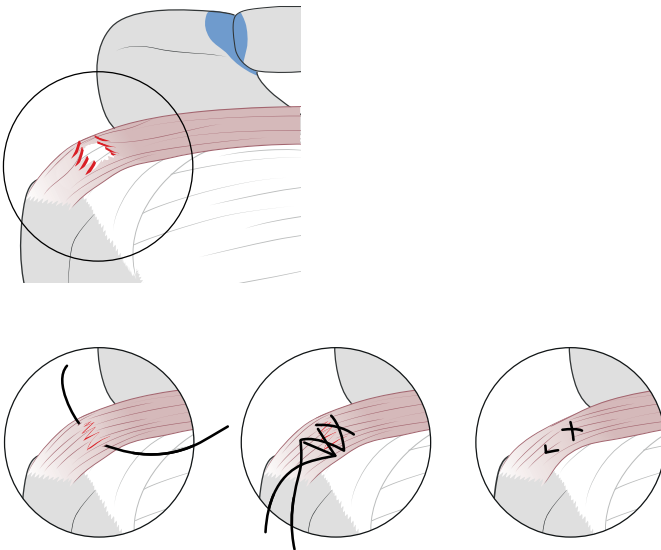


## De operatie

Bij een operatie wordt de gescheurde pees hersteld. Dit kan vrijwel altijd met een kijkoperatie. Hierbij maakt de orthopedisch chirurg kleine steekgaatjes in de huid en hecht met speciale instrumenten de pees weer aan het bot. Lukt dit niet, dan kan met een kleine snede de pees hersteld worden.

Tijdens de operatie wordt de pees met hechtingen en/of 'botankers' hersteld. Dit kan op veel verschillende manieren. De orthopedisch chirurg besluit tijdens de operatie wat de beste oplossing is voor de peesscheur in uw schouder. Naast het herstel van de peesscheur kunnen eventueel andere problemen zoals slijtage aan het AC gewricht of een probleem met de bicepspees ook behandeld worden. Aan het eind van de operatie worden de wondjes gesloten met hechtingen of hechtpleisters.

### peesscheur



## Na de operatie

### Medicatie

Tijdens uw opname krijgt u medicatie voorgeschreven. Volgens protocol krijgt u op vaste momenten pijnstillers. Heeft u tussendoor veel pijn, geef dat dan door aan de verpleegkundige. Die kan u dan eerder al wat pijnstillers geven.

### Fysiotherapie

Tijdens uw opname komt de fysiotherapeut langs om u bij uw herstel te begeleiden.

### Naar huis

Met uw arts bespreekt u of u een nachtje moet blijven in een van onze klinieken. Bij uw ontslag uit de kliniek krijgt u een brief met aanvullende informatie over uw herstel. Daarnaast krijgt u van ons het volgende mee:

- Recepten voor eventuele medicatie.
- Instructies voor een goede wondverzorging. De wond moet in ieder geval schoon en droog blijven.
- Schema voor het innemen van pijnstillers.
- Datum voor een afspraak op de polikliniek voor controle.
- Advies over eventuele fysiotherapie.

Voor een goede genezing is het belangrijk dat u rustig revalideert. Hiervoor draagt u de eerste weken een sling/immobilizer, welke dit is bespreekt u met uw behandelend arts. Daarna bouwt u het bewegen rustig op. U hoeft niet persé de kracht te oefenen, dat komt weer zodra u uw schouder soepel en zonder pijn kunt bewegen. Gemiddeld herstel kan 6-9 maanden in beslag nemen.

U moet er rekening mee houden dat u na de operatie geen auto kunt rijden en minimaal de eerste 8 weken niet mag fietsen.

# Risico's en complicaties

Zoals bij iedere operatie zijn er ook bij deze ingreep enkele risico's. De kans hierop is echter heel klein. Merkt u toch dat er iets niet naar wens gaat of heeft u vragen, neem dan contact met ons op via telefoon 088 9000 500. Bij klachten/problemen zijn we 24/7 bereikbaar, voor overige vragen tijdens kantooruren.

## **Zeldzame complicaties:**

- Specifiek voor deze schouderoperatie geldt dat er een vergroot risico is op toegenomen stijfheid (frozen shoulder), waardoor de schouder langer pijnlijk kan zijn en de revalidatie wat moeizamer kan verlopen. Daarnaast kan het zijn dat een van de pezen opnieuw scheurt dit laatste gaat dan meestal niet gepaard met pijnklachten.
- Wondinfectie
- Vertraagde wondgenezing
- Nabloeding
- Zenuwschade (restpijn of verminderd gevoel)
- Doof gevoel van de huid
- Zwelling

## **Neem direct contact op met Bergman Clinics via 088 9000 500 als u:**

- acute zwelling, pijn en roodheid ervaart op en om het operatiegebied;
- koorts (>38,5°C) en/of koude rillingen krijgt en u zich echt ziek voelt;
- ernstige wondlekkage heeft (vocht uit de wond);
- een rode, warme of glanzende arm heeft.



# Algemene informatie

## 1. Zorg voor een goede gezondheid

Streef naar een gezond gewicht en een goede conditie. Zorg ook voor een goede nachtrust voorafgaand aan de operatie.

## 2. Genotmiddelen voor de operatie

- Roken: Geadviseerd wordt om 4 weken van tevoren te stoppen met roken. Naast de al bekende nadelen heeft roken ook een negatieve invloed op de wondgenezing. Ook op de dag van de ingreep mag u NIET roken.
- Alcohol: U mag 24 uur voorafgaand aan de operatie geen alcoholhoudende dranken nuttigen.
- Drugs: Gebruik van drugs zoals XTC, methamfetamine, heroïne of cocaïne dient minstens 1 week voor de operatie gestopt te worden. Dit kan anders ernstige hartritme stoornissen veroorzaken tijdens de operatie of kan zorgen voor een verminderde werking van anesthetica. Dit geldt niet voor amfetaminegebruik op recept in verband met AD(H)D. Voor cannabis gelden dezelfde regels als voor roken.

## 3. Wondverzorging

De wond moet schoon en droog blijven. Bij uw ontslag uit de kliniek krijgt u aanvullende informatie over de verzorging van uw wond.

## 4. Tips voor het verblijf thuis na uw operatie

De eerste weken na de operatie staan voornamelijk in het teken van het herstel. Mogelijk bent u grotendeels afhankelijk van andermans zorg. Zorg in de eerste weken voor voldoende hulp bij huishoudelijk werk en boodschappen. Houd er rekening mee dat u een tijdje niet kan autorijden. Heeft u problemen met slapen dan kan het helpen om het achtereinde van het bed wat omhoog te zetten, zodat u wat rechtop kunt slapen.

## 5. Hulpmiddelen

In sommige gevallen is het aanschaffen of huren van hulpmiddelen handig.

Denk bijvoorbeeld aan een:

- anti-slipmat voor in de badkamer;
- douchestoel;
- coldpack.

## 6. Thuiszorg of verblijf in een zorghotel

Mocht aanvullende zorg zijn geïndiceerd, dan wordt dit tijdens het voortraject met u besproken. Zowel thuiszorg of verblijf in een zorghotel moet u zelf regelen. Hier zijn kosten aan verbonden. U kunt met uw zorgverzekering contact opnemen of u een tegemoetkoming in kosten kunt ontvangen. Een verwijzing moet doorgaans door de huisarts worden uitgeschreven en niet door de specialist.

## 7. Werken na de operatie

Werkhervatting is afhankelijk van uw type werk en de operatie die u heeft ondergaan. Dit kunt u navragen bij u orthopedisch chirurg. Raadpleeg voor afspraken en advies uw bedrijfsarts.



# Bergman Clinics

## Focus.Aandacht.Resultaat.

Bergman Clinics is uitgegroeid tot één van de meest vooraanstaande ketens van zelfstandige klinieken met vestigingen in Nederland, Scandinavië en Duitsland. Met ons team van ervaren medisch specialisten en vakkundig verplegend personeel maken we zorg voor iedereen toegankelijk. De klinieken zijn gebouwd en ingericht conform de eisen van de Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ). Zo voldoen wij aan de kwaliteitsnormen van de overheid en voeren we elke behandeling 100% medisch verantwoord uit. Wij staan voor kwaliteit en persoonlijke aandacht in een aangename omgeving.

## Korte toegangstijden

Dankzij de grote behandelcapaciteit kent Bergman Clinics vrijwel geen tot korte toegangstijden. Meestal kunt u al binnen 1 tot 2 weken een afspraak maken voor een eerste consult. De behandeling kan dan vaak al binnen 2 tot 3 weken daarna plaatsvinden.





**Bergman Clinics biedt medisch specialistische zorg verdeeld over acht categorieën:**



**Bergman Clinics | Bewegen**

Schouderklachten, rug- en nekklachten, knieslijtage, heup-slijtage, knieblessure en voet- en enkelklachten



**Bergman Clinics | Ogen**

Memira by Bergman Clinics

Wazig zicht (staar), slecht zicht, ooglaserbehandeling en lensimplantaties, glaucoom en netvlieslijtage



**Bergman Clinics | Huid & Vaten**

Dermatologie, Mohs' chirurgie, spataderzorg en proctologie



**Bergman Clinics | KNO**

Keel-, neus- en oorklachten



**Bergman Clinics | Vrouw**

Overgangsklachten, urine-incontinentie, ontlastingsklachten, verzakking, vulvapoli en afwijkend uitstrijkje



**Bergman Clinics | Maag & Darm**

Maag- en darmklachten en overgewicht



**Bergman Clinics | Hart**

Hartklachten en cardiologisch onderzoek



**Bergman Clinics | Uiterlijk**

Bey by Bergman Clinics

Borst-, gelaats- en lichaamscorrecties en huidtherapie

Bergman Clinics heeft met alle zorgverzekeraars afspraken gemaakt. Alle verzekerde behandelingen binnen de basiszorg worden daarom gewoon door uw zorgverzekeraar vergoed.

\* na verwijzing en bij medische indicatie.



## Uw rol

Om een goede diagnose te stellen en u op juiste wijze te kunnen behandelen, is het van belang dat u uw behandelend specialist duidelijk en volledig informeert over uw klachten, eventueel medicijngebruik en eventuele allergieën. Om tot het beste resultaat te komen wordt van u verwacht dat u instructies volgens advies opvolgt, zowel voor, tijdens als na de behandeling.

## Klachten- en privacyreglement

Bergman Clinics beschikt over een klachten- en privacyreglement. Dit is op onze locaties en op onze website te verkrijgen.



### Kwaliteit

Alle klinieken van Bergman Clinics beschikken over een kwaliteitskeurmerk: de klinieken werken conform de normen en procedures zoals vastgelegd in het ZKN keurmerk en de ISO 9001 certificering. Dit keurmerk en deze certificering waarborgen de kwaliteit van de aangesloten klinieken.

ZKN is de brancheorganisatie Zelfstandige Klinieken Nederland. Om u als cliënt betrouwbare en optimale kwaliteit van medische zorg te bieden heeft ZKN, in samenwerking met een onafhankelijk certificeringsinstituut, een kwaliteitskeurmerk ontwikkeld. ISO 9001 is de internationale norm voor kwaliteitsmanagementsystemen. Bergman Clinics voert sinds 2012 het ZKN-keurmerk en ISO 9001 certificaat. Meer informatie vindt u op onze website.

# Contact

Meer informatie vindt u op [www.bergmanclinics.nl](http://www.bergmanclinics.nl). Hier vindt u ook antwoorden op veelgestelde vragen. Is uw vraag nog niet beantwoord, of wilt u direct een afspraak plannen? Neem dan gerust contact met ons op via telefoonnummer **088 9000 500** of via [info@bergmanclinics.nl](mailto:info@bergmanclinics.nl).



## Mijn Bergman Clinics: uw persoonlijk zorgportaal

Mijn Bergman Clinics is uw persoonlijke, beveiligde online omgeving. Bij een medische behandeling komt er veel op u af. Met Mijn Bergman Clinics heeft u alle informatie op het juiste moment. U ziet informatie over de voorbereiding, de behandeling, uw afspraken tot en met uw herstelperiode. Ook kunt u vragenlijsten invullen en onderdelen van uw medisch dossier inzien. Gewoon op uw mobiele telefoon, desktop of tablet.

Mijn Bergman Clinics heeft een gebruiksvriendelijke app. Deze app is gratis te downloaden.

Meer informatie over Mijn Bergman Clinics vindt u op [www.bergmanclinics.nl](http://www.bergmanclinics.nl)



Download on the  
**App Store**











GET IT ON  
**Google play**





## Meer weten over de locaties en medisch specialisten?

De adresgegevens en routebeschrijving per kliniek kunt u vinden op [www.bergmanclinics.nl](http://www.bergmanclinics.nl). Ook vindt u op de website uitgebreide informatie over onze medische specialisten.

Bergman Clinics,  
focusklinieken voor:

-  Bewegen
-  Ogen
-  Huid & Vaten
-  KNO
-  Vrouw
-  Maag & Darm
-  Hart
-  Uiterlijk

-  Kliniek met OK
-  Polikliniek

