

# Informatiefolder bloedinjectie voor knieslijtage

## **Wat is een bloedinjectie precies?**

Een bloedinjectie voor knieslijtage is een nieuwe mogelijkheid voor het behandelen van knieslijtage. Hierbij wordt bloed afgenomen uit uw arm (ongeveer 20 ml) en dit wordt in een centrifuge bewerkt, zonder verdere toevoegingen. Het eindproduct na een minuut of 10 afdraaien is ongeveer 3-5 ml bloedplasma. Dit plasma wordt na verdoven van de aangedane knie, in de knie geïnjecteerd.

## **Wat is de werking van de injectie?**

In het gecentrifugeerde bloed, is een verhoogde concentratie van groeifactoren te vinden. Deze groeifactoren laten niet iets groeien, wat de naam wellicht doet vermoeden, maar remmen langdurig ontsteking die met slijtage gepaard gaat en maken extra gewrichtsvloeistof aan. Dit leidt tot vermindering van pijn en een verbeterde gewrichtssmering en daarmee functie van de knie.

## **Hoe verloopt de procedure?**

Allereerst wordt er in de Kliniek voor Bewegingszorg in Naarden een röntgenfoto gemaakt van uw aangedane knie en wordt uw knie door een arts onderzocht om te beoordelen of u geschikt bent voor de injectie met bloed. Is er sprake van de meest ernstige mate van slijtage (bot op bot), dan heeft een injectie veel minder zin. Is er recent (binnen de laatste 6 maanden) al een röntgenfoto gemaakt en heeft u deze op CD of anderszins meegenomen, dan hoeft de foto niet herhaald te worden. U moet deze foto dan wel meenemen naar het spreekuur (of vooraf opsturen).

Na het beoordelen van de foto en verduidelijking betreft de injectie door de arts wordt deze ingepland. Eerst wordt bloed afgenomen door de zorgconsulent. Daarna geeft de arts u na het centrifugeren van het bloed de injectie. Deze wordt na verdoven van het kniegewricht gegeven door de zelfde naald als die van de verdoving. Het gevolg is dat u in totaal maar een prik zult voelen. Het injecteren van de verdoving en het bloed zelf duurt hooguit een halve minuut en wordt door het merendeel van de cliënten als "goed te doen" ervaren. De tijd tussen het centrifugeren en het daadwerkelijke injecteren is gemiddeld 20 minuten.

## **Direct en kort na de injectie**

U kunt na de injectie direct lopend de kliniek verlaten. Mocht u dat willen, kunt u natuurlijk even ook even blijven zitten in de wachtkamer. Daarna kunt u eventueel zelf naar huis met de auto. Sommige cliënten vinden het prettig als ze zelf niet hoeven te rijden en vragen iemand mee, maar dit is niet strikt noodzakelijk. Na de injectie heeft ongeveer 5% van de cliënten een aantal dagen tot een week extra last van de knie. Dit is over het algemeen goed te verhelpen met het toepassen van ijs en door eventueel een ontstekingsremmer (zoals Diclofenac of Ibuprofen) te nemen, indien er geen redenen bestaan dat dit voor u onverstandig is. Deze redenen kunnen onder andere zijn; bekende overgevoeligheid voor deze pillen of ontstekingsremmers in het algemeen of maagklachten. Werken is de dagen na de injectie bij vrijwel iedereen mogelijk.

## Oefentherapie

Naast de injectie zult u (kort) advies krijgen over het uitvoeren van oefeningen die uw bovenbeenspieren sterker maken. Het oefenen heeft, naast de injectie zelf, ook een goede kans op het verminderen van uw knieklachten. De combinatie van trainen en een injectie is beter gebleken dan de interventies afzonderlijk. Voor de oefeningen wordt u eventueel een verwijzing voor fysiotherapie op papier meegegeven. Een fysiotherapeut kan u in detail toelichten welke oefeningen voor u het meest geschikt zijn. Een tweede mogelijkheid is dat u oefeningen zelf thuis uit gaat voeren. Toch is de voorkeur dat u zich laat voorlichten over de training door een fysiotherapeut.

## Tweede injectie

Ongeveer 3 maanden na de eerste injectie en het (intensiveren van) trainen van de bovenbeenspieren komt u weer terug voor een tweede afspraak. Dan wordt opnieuw bloed afgenomen en krijgt u een tweede injectie in de knie. Hierbij wordt dezelfde procedure gevolgd als bij de eerste injectie. Deze tweede injectie wordt gezien als een extra impuls voor de knie om ontsteking te remmen en meer gewrichtsvloeistof aan te maken.

## Na hoe lang kunt u effect verwachten en hoe lang houdt de verbetering aan?

Gemiddeld gesproken ondervinden cliënten met knieslijtage die baat hebben bij deze therapie na een week of 10 verbetering in pijn en functie. Verwacht u daarom geen effect in de eerste weken na de injectie. Dit komt wel eens voor, maar is zeker niet gebruikelijk. De meeste cliënten zullen 6-12 maanden positief effect ondervinden van de injectie. Na deze termijn nemen vaak de klachten weer toe. Wanneer u tevreden genoeg bent na de eerste twee injecties, is het mogelijk weer opnieuw voor injecties in aanmerking te komen. Het kan geen kwaad voor uw knie om de injecties te herhalen.

## Een wondermiddel?

Nee, zeker niet. Er wordt geen nieuw kraakbeen aangemaakt en u zult dus slijtage houden. Het gaat er met de injecties om dat uw pijn minder wordt en dat u beter kunt functioneren. In het kort, de goede hoop bestaat dat u minder last van uw knie zult hebben. Het is nog niet duidelijk wie er het meeste baat zullen hebben bij de bloedinjecties aangezien deze methode van het behandelen relatief nieuw is. We hopen dat zelf voor vervolgonderzoek in de toekomst duidelijk te krijgen zodat we cliënten nog gerichter kunnen adviseren wie er wel en niet baat zou kunnen hebben bij deze vorm van injectie.

## Meer informatie of een afspraak maken

Wilt u meer informatie over deze behandelmethode? Neem dan contact op met ons Contact & Service Center via tel.nr. 088 9000 500 of per mail: [info@bergmanclinics.nl](mailto:info@bergmanclinics.nl). Ook voor het maken van een afspraak kunt u ons bellen. Let wel: u heeft een verwijzing nodig van uw huisarts voordat u een afspraak kunt maken.

### Disclaimer

Februari 2015 Bergman Clinics B.V. Niets uit deze uitgave mag geheel of gedeeltelijk worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar worden gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van Bergman Clinics B.V. Bergman Clinics B.V. sluit iedere aansprakelijkheid voor schade als gevolg van druk- en zetfouten uit.