

Epifysiodese

Een groei remmende operatie (lengte en/of voet)

Orthopedie

Inleiding

Je hebt een afspraak bij de orthopeed voor een epifysiodese operatie. Deze folder geeft algemene informatie over deze behandeling.

Wat is een epifysiodese?

Een epifysiodese is een operatie om de lengtegroei en/of de groei van de voeten af te remmen. Een kinderorthopeed stelt een groei remmende operatie voor wanneer de verwachting is dat je later dagelijks last gaat krijgen van je grote lengte en/of grote voetmaat.

Wie komt er in aanmerking voor een groei remmende operatie?

Bij sommige jongens en meisjes is de verwachting dat ze erg lang worden en/of dat ze erg grote voeten gaan krijgen. Wanneer dit extreem uitvalt, kan de groei met een operatie worden afgeremd. Meisjes komen in aanmerking voor een groei remmende operatie van de lichaamslengte bij een te verwachten eindlengte boven 1.85 m, jongens bij een te verwachten eindlengte boven 2.05 m. Voor een groei remmende operatie van de voeten komen meisjes in aanmerking vanaf een te verwachten schoenmaat 43 en jongens vanaf een te verwachten schoenmaat 49.

Om te beoordelen of je voor een operatie in aanmerking komt, ga je eerst op bezoek bij de polikliniek Orthopedie. De orthopedisch chirurg zal dan berekenen hoe lang je wordt en hoe lang jouw voeten gaan worden. Hiervoor wordt de lengte en de voetlengte gemeten. Verder worden er verschillende röntgenfoto's gemaakt. Van de knie en/of voet, om te beoordelen of de groeischijven nog open zijn (en of de botten dus nog verder doorgroeien), en van de hand, om te beoordelen hoe ver het botskelet al is uitgegroeid. Niet elk kind groeit namelijk op dezelfde manier. Het ene kind zal hierdoor eerder uitgegroeid zijn dan het andere.

Behandeling

In de botten bevinden zich groeischijven. Deze maken nieuw bot aan en zorgen voor lengtegroei. De meeste groei van de lichaamslengte komt vanuit twee groeischijven rond de knie. De meeste groei van de voetlengte komt vanuit de vijf groeischijven vanuit de middenvoet (één groeischijf per teen). Door de groei van deze groeischijven met een operatie te stoppen, wordt een belangrijk deel van de totale lengtegroei tegengehouden. Hiermee wordt iets meer dan de helft van de nog te verwachten groei geremd. Na de operatie blijf je dus nog wel een deel doorgroeien, uit groeischijven op andere plekken in het lichaam. Zonder een operatie stopt de lengtegroei uiteindelijk ook, maar op latere leeftijd, zodat je langer doorgroeit. Door de groei remmende operatie wordt dit natuurlijke proces versneld.

Tijdens de operatie wordt de groeischijf uit het bot gehaald. Om hier bij te kunnen, worden kleine openingetjes in de huid gemaakt. Twee per knie en drie per voet. Deze openingetjes worden gesloten met oplosbare hechtingen. Op de plaats waar de groeischijf zat, groeit binnen enkele weken normaal botweefsel. Dit normale botweefsel heeft niet de capaciteit om te groeien. Hierdoor wordt de lengtetoeename van dit bot geremd. De operatie vindt plaats onder algehele narcose (verdooving). Eén van jouw ouders mag mee naar de operatiekamer en blijft bij jou totdat je in slaap gebracht bent. Zodra de operatie klaar is, word je naar de uitslaapkamer gebracht. Zodra je wakker bent, mag één van jouw ouders naar je toe op de uitslaapkamer.

Vorbereiding

Bij een epifysiodese van de voeten heb je na de operatie speciale darco-verbandschoenen nodig om je voorvoet te ontlasten. Deze darcoschoenen kun je (bijvoorbeeld na je polibezoek) zonder afspraak en kosteloos ophalen bij de gipskamer in Enschede. De schoenen moeten worden gepast met sokken aan en mogen iets groter zijn, omdat er nog een drukverband in moet passen. Het is belangrijk dat de tenen binnen de opstaande rand vallen. Je staat op je hakken en het voelt alsof je naar achteren geleund staat. Je krijgt ze mee naar huis om vast te oefenen met lopen. Heb je vragen over de darcoschoenen, dan kun je op werkdagen tussen 08.00 uur en 17.00 uur contact opnemen met de gipskamer.

Verder heb je krukken en een rolstoel nodig. Deze kun je voorafgaand aan de operatie ophalen of huren bij de thuiszorgwinkel bij jou in de buurt. Je hoeft hiervoor alleen een legitimatiebewijs mee te brengen.

Het is zeer raadzaam om voor de operatie alvast te oefenen met het lopen met krukken en de darcoschoenen. Tijdens het oefenen is het belangrijk dat je ervaart dat je wat meer op je hakken staat en je voeten niet kunt afwikkelen.

Het lopen op de darcoschoen geeft een instabiel gevoel.

Volgorde bij het lopen met krukken: rechterarm, linkervoet en linkerarm, rechtervoet. Of twee krukken vooruit en dan tussen de krukken stappen met beide voeten.

Bij het traplopen moet de hele schoen op de trede gezet worden voor een goede belasting. Het niet geopereerde been eerst en daarna het andere been aansluiten. Bij het naar beneden gaan de omgekeerde volgorde.

- Trap op: aan de ene kant de leuning vasthouden en aan de andere kant de kruk (let erop aan welke kant de leuning thuis zit). Steunen op de kruk en op de leuning, daarna voeten omhoog zetten. De kruk blijft in eerste instantie staan. Dan zet je de kruk op de trede waar je staat.
- Trap af: achterstevoren de trap af, dit is beter voor het evenwicht. Achterstevoren, eerst de kruk naar de trede waar je naar toe wil en daarna de voeten. De voeten eventueel een beetje schuin, zodat de hele schoen op de trede staat.
- Let op!: niet op de billen de trap af in verband met het evenwichtsverlies bij het opstaan en druk op de voorvoet.

Zowel de schoenen als de krukken moet je op de dag van de operatie meenemen naar de Kinder- en Tienerafdeling. Bij een epifysiodese van de knieën heb je na de operatie alleen krukken en een rolstoel nodig. De krukken moet je op de dag van de operatie meenemen naar de Kinder- en Tienerafdeling.

Na de behandeling

Na de operatie zit er een drukverband om de knieën en/of de voeten. Dit verband blijft drie dagen zitten en is bedoeld om de bloedingstorting in de benen en voeten te verminderen. Na de operatie gaat de fysiotherapeut op de afdeling met jou oefenen met het opstaan vanuit de stoel en een klein stukje lopen en traplopen. Hierdoor heb je meer vertrouwen en kun jij je veilig verplaatsen. Ook krijg je instructies voor thuis. Het is dan erg handig dat je al eens geoefend hebt. Je kunt naar huis als het lopen met krukken goed gaat en als de pijn onder controle is.

Vaak mag je diezelfde dag al naar huis. Als je toch een nacht moet blijven mag één van de ouders bij je op de kamer blijven slapen.

Bij de behandeling horen een aantal leefregels, namelijk:

- drukverband de eerste 3 dagen laten zitten. Dit mogen jullie zelf verwijderen na 3 dagen. Als er gaasjes blijven zitten bij het verwijderen van het drukverband, dan niet aan deze gaasjes trekken, maar eventueel eraf knippen. De vastgeplakte stukjes gaas vallen er uiteindelijk vanzelf af met de korstjes (en anders na een week tijdens het douchen);
- de wondjes mogen de eerste week niet nat worden. Als je gaat douchen kun je de wondjes afdekken met huishoudfolie of met een speciale waterdichte tas / zak;
- de eerste 2 weken zoveel mogelijk bewegen / verplaatsen in de rolstoel. Het is geen probleem om in huis kleine stukjes te lopen met krukken, bijvoorbeeld om naar de wc te gaan;
- de eerste 3 dagen is het verstandig om de benen tussendoor hoog te houden. Hierbij de voeten hoger dan de knieën en de knieën hoger dan de heupen. Dit voelt vaak ook het prettigst aan. Als je weinig beweegt en je voeten hangen naar beneden, dan kunnen ze namelijk dikker worden en gaat het bewegen lastiger;
- na 2 weken mag je opbouwen met het lopen met krukken.

Tips:

- bij epifysiodese van de voeten en knieën kunnen de knieën gewoon buigen en is het van belang de voeten goed op te tillen;
- bij een epifysiodese van de voeten moeten de darcoschoenen de eerste 6 weken **altijd** aan tijdens het lopen, ook als je bijvoorbeeld 's nachts naar het toilet gaat;
- bij het dik worden of kloppen van de voeten en/of knieën deze hoog leggen;
- na 6 weken volgt de controle afspraak bij de orthopedisch chirurg.

Wanneer mag je weer lopen na de operatie?

De eerste zes weken na de operatie mag je met twee krukken lopen. Bij een voetoperatie draag je ook twee beschermende (darco)schoenen. De eerste dagen kun je de benen soms moeilijk buigen, maar het mag wel. De eerste twee weken wordt aangeraden om alleen korte afstanden te lopen (met krukken), bijvoorbeeld om naar de wc te gaan. Alle grotere afstanden doe je met de rolstoel. Dit om vallen te voorkomen. Pas na twee weken mag je meer met krukken gaan lopen. Als je na twee weken langere afstanden moet lopen, ergens naar toe gaat waar het druk is, of moe bent, raden wij altijd aan om hiervoor alsnog een rolstoel te gebruiken.

Controleafspraak

Na twee weken wordt je gebeld door de verpleegkundige om te bespreken hoe het met de wondjes gaat. De hechtingen zijn oplosbaar en hoeven niet verwijderd te worden. Na zes weken kom je terug bij de orthopedisch chirurg.

Voorafgaand aan deze afspraak wordt er een controle röntgenfoto gemaakt. Als deze controle foto een goede opvulling van het bot laat zien, mag je hierna weer zonder krukken en/of beschermende schoenen lopen. Het duurt hierna nog zes weken (dus totaal twaalf weken na de operatie) tot je weer volledig mag sporten. Wanneer je de gemaakte afspraak niet kunt nakomen, moet je dit tijdig telefonisch doorgeven.

Mogelijke complicaties

Zoals bij iedere ingreep, kunnen ook bij deze behandeling complicaties optreden. Gelukkig komen deze niet vaak voor. Naast algemene problemen, zoals een infectie of nabloeding, is het mogelijk dat de remming van de groei in de groeischijven niet symmetrisch verloopt. Dit kan een standsafwijking van de benen geven, zoals een X-been of O-been. Als dit in een vroeg stadium wordt opgemerkt, is soms een tweede operatie nodig. Dit komt echter zeer zelden voor. Om dit te voorkomen wordt er tijdens de operatie een röntgenfoto gemaakt, waarbij gekeken wordt of de hele groeischijf weggehaald is. Verder is het belangrijk dat je de eerste weken na de operatie niet valt, om het risico op een breuk in het geopereerde bot te voorkomen. Daarom moet je de eerste zes weken na de operatie voorzichtig mobiliseren.

(Pijn)klachten

Heb je wondproblemen, ernstige pijnklachten of andere vragen, dan kun je altijd contact opnemen met de polikliniek Orthopedie, tijdens kantooruren te bereiken op telefoonnummer (053) 487 27 40. Bij acute problemen 's avonds en in het weekend kun je contact opnemen met de Huisartsenpost Enschede, telefoon (053) 555 11 88.

Aanvullende informatie

Meer informatie kun je vinden:

- in de folder darcoschoen;
- in de folder algemene anesthesie bij kinderen.

Belangrijke contactgegevens

- polikliniek Orthopedie Enschede, route C11, telefoon (053) 487 27 40;
- Kinder- en Tienerafdeling Enschede, route H31, telefoon (053) 487 23 78;
- Gipskamer Enschede, route C16, telefoonnummer (053) 487 33 64;
- Huisartsenpost Enschede, telefoonnummer (053) 555 11 88.

Tenslotte

Je hebt recht op juiste en volledige informatie. Pas als je voldoende inzicht hebt, kun je weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets je niet geheel duidelijk is, vraag de behandelend arts of verpleegkundige dan om nadere uitleg.