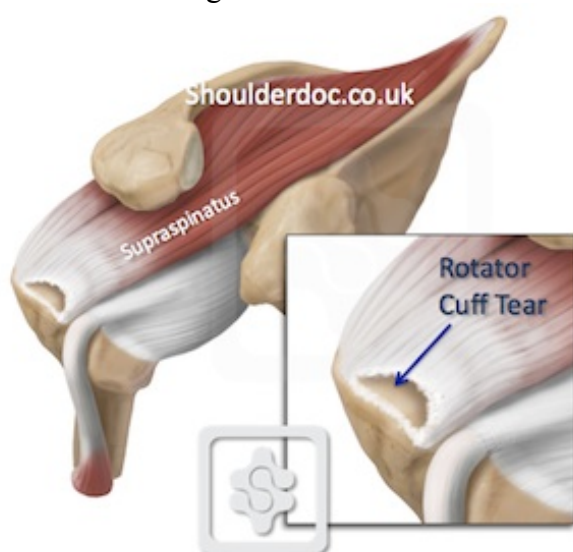


Volledige Rotator Cuff scheuren

De rotator cuff is een groep pezen die de 4 spieren van de schouder verbinden met het bot. De kracht van de rotator cuff laat toe dat de spieren de bovenarm kunnen heffen en roteren. De pezen lopen onder het acromion waar ze zeer kwetsbaar zijn voor beschadiging. Dit kan leiden tot een scheur, die aanleiding geeft tot een pijnlijke en zwakke schouder. Een scheur kan het gevolg zijn van een traumatische gebeurtenis of kan geleidelijk ontstaan. Wanneer de pezen of spieren van de rotator cuff scheuren kan de patiënt zijn arm niet meer zo goed bewegen als voordien en kan uitgesproken pijn geven bij het bewegen van de schouder. De pijn is vaak ook 's nachts aanwezig en kan uitstralen naar de arm toe.



Bij het ouder worden is het normaal dat er slijtage optreedt op de rotator cuff pezen. De rotator cuff wordt zwak en meer vatbaar voor het ontstaan van scheuren. Een val kan aanleiding geven tot een volledige scheur van de rotator cuff pezen. Dit leidt tot pijn en zwakte van de schouder. Dus, atraumatische degeneratieve scheuren op een scan zijn niet zeldzaam. Hierbij is vaak een operatief herstel niet noodzakelijk. Een trauma op een intacte cuff kan aanleiding geven tot een traumatische scheur. Deze scheuren worden best wel heelkundig behandeld. Hoe sneller het herstel wordt uitgevoerd na het optreden van de scheur, hoe beter de resultaten voor de patiënt. Om deze reden is het belangrijk om dergelijke scheuren zo snel mogelijk te diagnosticeren.

Identificatie van cuffscheuren welke best worden doorverwezen voor heelkunde:

1. Val of trauma bij mensen ouder dan 40 jaar
2. Pijn en zwakte welke niet betert na 3 weken.
3. Bevestigde scheur op echo of MRI scan.

oorzaken:

1. Blessure, voornamelijk bij poging tot heffen of vangen van zware objecten.
2. Overbelasting, voornamelijk na periode van inactiviteit.
3. Slechte doorbloeding naar een gebied van de rotator cuff (bij toenemende leeftijd)
4. Val op gestrekte arm.
5. Gradueel verzwakken van de pees, vaak geassocieerd met impingement.

Diagnose:

Een rotator cuff scheur wordt best gediagnosticeerd met een scan of echografie.

Echografie: In sommige gevallen kan dit onmiddellijk in het ziekenhuis uitgevoerd worden. Het is een accuraat onderzoek dat kosten effectief is.

MRI scan: Dit is een minder toegankelijk onderzoek maar kan nuttige informatie geven over de kwaliteit van de spieren en onderliggende structuren van de schouder. Meestal wordt echografie in eerste instantie gebruikt om een scheur vast te stellen. Indien bijkomstige informatie nodig is over de spierkwaliteit (bijvoorbeeld voor een heelkundige ingreep) wordt meestal een MRI scan uitgevoerd.

Preventie:

- o Vermijd repetitieve bovenhoofdse bewegingen..
- o Verstevig uw schouders en tracht niet door de pijn heen te werken.

Behandeling:

1. Pijnstillers en ontstekingsremmers.
2. Kinesitherapie- houdt uw schouder sterk en soepel en vermindert de pijn en zwakte.
3. Cortisone injecties – vermindert ontsteking en controleert de pijn. Het is niet aangeraden om te veel injecties te krijgen in de aanwezigheid van een scheur aangezien dit de pees nog meer verzwakt.
4. Heelkunde is nodig -
 - a. als de scheur het gevolg is van een trauma
 - b. Als de pijn en zwakte niet betert met kinesitherapie en injecties.

Het doel van elke heelkunde is om de pijn te verlichten en de mobiliteit in de schouder te verbeteren. Hiervoor is een lange revalidatie nodig na de heelkunde.

De ingreep kan via een kijkoperatie uitgevoerd worden of via een open ingreep.

Sommige scheuren zijn te groot om te herstellen en worden massieve cuff scheuren genoemd.

Rotator Cuff herstel Een volledige rotator cuff scheur zal niet genezen. Deze volledige scheuren vereisen meestal heelkunde. Bij een rotator cuff herstel worden de pezen terug aan hun aanhechting vastgemaakt met behulp van botankers.

Arthroskopisch Rotator Cuff herstel

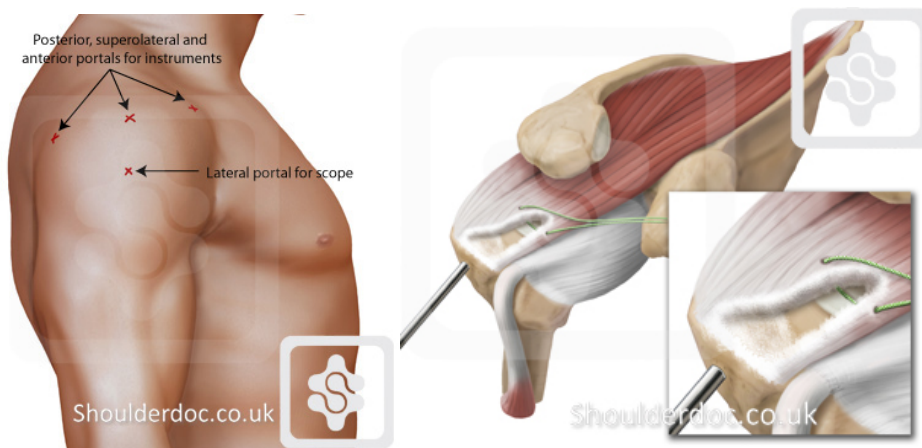
Een volledige scheur in de rotator cuff zal niet genezen. Volledige scheuren hebben meestal een heelkundige behandeling nodig. Bij een rotator cuff herstel wordt de scheurde pees terug aan zijn aanhechting op de bovenarm vastgezet door midden van botankers. Deze ingreep kan zowel via een kijkoperatie gebeuren of via een open procedure.

De voordelen van een herstel van de rotator cuff via een kijkoperatie zijn:

- 1 Minder postoperatieve pijn.
- 2 Kortere hospitalisatieduur.
- 3 Sneller hervatten van sport en werk.
- 4 Minder wondproblemen.

Heelkundige procedure:

Stap 1: De scheur wordt gevisualiseerd door de camera en kleine gaatjes in de huid worden gemaakt waardoor de instrumenten kunnen ingebracht worden.

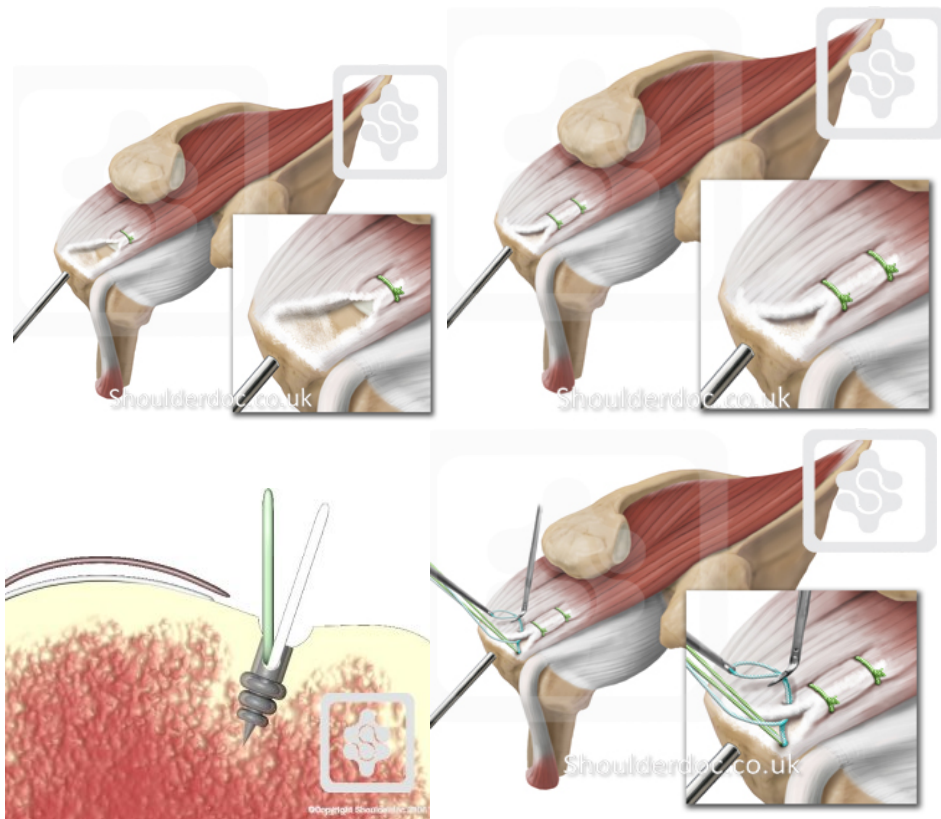


Stap 2: Een hechting wordt uitgevoerd over het lange uiteinde van de scheur.

Stap 3: De hechting wordt geknoopt en de 2 uiteinden van de pees worden naar elkaar toe gebracht. Dit proces wordt herhaald tot het lange been van de scheur hersteld is.

Stap 4: Het bot wordt voorbereid voor het plaatsen van de botankers.

Stap 5: De hechtdraden van het anker worden door de pees heen gehaald en geknoopt



Algemene adviezen:

U mag niets meer eten of drinken vanaf middernacht de nacht voor de ingreep.

U zal normaal gezien niet langer dan 1 nacht in het ziekenhuis verblijven.

U zal een special draagdoek krijgen welke u dient te dragen gedurende 3 weken. Dit wil zeggen dat u deze arm niet zal kunnen gebruiken voor de meeste activiteiten.

Een controle afspraak zal voorzien worden 3 weken na de ingreep.

De duur van uw arbeidsongeschiktheid hangt af van welke beroep u beoefent. Een minimum van 3 weken kan verwacht worden bij kleine scheuren maar dit kan mogelijks oplopen tot zelfs 6 maanden bij zwaardere beroepen.

De eerste weken zal u nog geen kinesithérapie ondergaan. Nadien is kinesithérapie essentieel voor het verdere verloop.