

## Fysiotherapeutische behandeling bij een beenverlenging door een interne fixatie

In deze folder lees je meer over de fysiotherapeutische behandeling bij een beenverlenging door een interne fixatie (Precice nail). Deze informatie is speciaal voor kinderen en hun ouders samengesteld, zodat jullie goed voorbereid zijn op wat er gaat komen.

Ons doel is om het behandelproces zo soepel mogelijk te laten verlopen. Neem gerust contact met ons op als u vragen heeft.

### 1. Voorlichting en advies

#### *Wat is een beenlengteverschil?*

Een beenlengteverschil betekent dat je benen niet even lang zijn, waardoor je een scheefstand van het bekken en kromming van de rug kan krijgen. Als je dijbenen ongelijk zijn, staan je knieën nog op dezelfde hoogte, maar je bekken zal scheef staan. Wanneer je onderbenen ongelijk zijn, zullen ook je knieën niet meer op gelijke hoogte zijn.

#### *Hoe vaak komt het voor?*

Een beenlengteverschil komt vaak voor, maar bij de meeste mensen geeft het geen klachten. Studies tonen aan dat 90% van de mensen een beenlengteverschil tot ongeveer 0,6 cm heeft.

#### *Symptomen en gevolgen*

Veel mensen merken niet dat ze een beenlengteverschil hebben. Klachten ontstaan meestal bij verschillen groter dan 1,5 tot 2 cm. Bij grotere verschillen kunnen klachten ontstaan zoals pijn in de rug, heupen, knieën of enkels en mank lopen. Dit komt doordat het lichaam moeite heeft om het verschil te compenseren, wat leidt tot grote druk op de gewrichten.

#### *Beenverlenging met interne fixateur, de Precice nail*

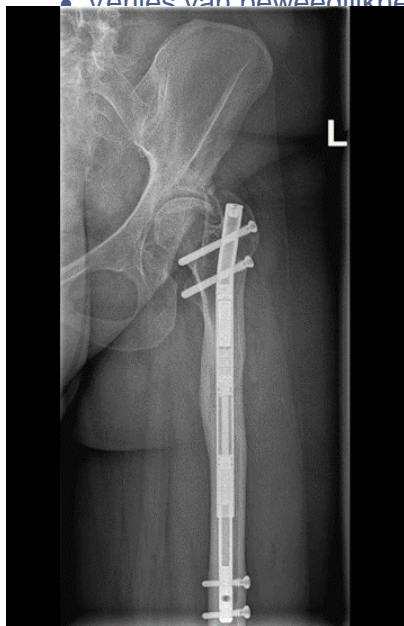
Bij een beenverlenging wordt een pen in het bot geplaatst die langzaam verlengd kan worden met behulp van een magnetisch systeem. Hierdoor groeit het bot dagelijks ongeveer 0,7 millimeter.

Waar je rekening mee moet houden bij deze operatie:

- Je moet regelmatig voor controle naar het spreekuur komen.
- Je mag je geopereerde been niet belasten tijdens de verlengings- en uithardingsfase
- Je moet tweemaal per dag de pen zelf bijstellen. Dit kost ongeveer 5 minuten per keer.
- Na de operatie heb je intensieve fysiotherapie nodig.
- De pen moet ook weer uit het bot verwijderd worden.

Risico's van deze operatie:

- Ontsteking rondom de wondjes of ontsteking van het bot.
- Niet goed functioneren van de pen: de verlenging verloopt niet zoals gepland.
- Verlies van beweeglijkheid van gewrichten.



In het onderbeen

Info over de Precise nail, scan de QR code voor meer informatie



Website (Engelstalig) over de procedure



Animatiefilmpje over de operatie van het onderbeen

## 2. Voor de operatie

Voor de operatie word je gezien door een orthopeed. De arts beoordeelt hoe je beweegt en voert enkele testen uit. Ook wordt er uitgelegd hoe het behandelverloop zal zijn. Je kunt al je vragen stellen, zodat je goed voorbereid de operatie ingaat. Ook ga je al een keer naar de fysiotherapeut bij jou in de buurt. Je kan alvast kennis maken en de fysiotherapeut kan je voorbereiden op de oefeningen en het lopen met krukken.

## 3. Na de operatie

Tijdens je opname in het ziekenhuis start de fysiotherapeutische begeleiding zo snel mogelijk na de operatie. Het eerste doel is om je veilig en zelfstandig te laten bewegen, zonder dat je op je geopereerde been gaat steunen (belasten) Het is belangrijk om de gewrichten na de operatie goed te strekken. Oefeningen om de beweeglijkheid van de gewrichten boven en onder de plek waar het bot is doorgenomen te behouden, zijn erg belangrijk. Bijvoorbeeld, bij een operatie aan het scheenbeen moeten zowel de knie als de enkel worden geoefend. Terwijl de botverlenging plaatsvindt, groeit het bot langer en moet je ervoor zorgen dat ook de zachte weefsels voldoende oprekken. Onze fysiotherapeuten zullen je tijdens je verblijf in het ziekenhuis de basisrek en -oefeningen aanleren. De fysiotherapie zal ook thuis worden voortgezet

### Wat kun je verwachten tijdens je opname na de operatie?

- **Transfers:** De fysiotherapeut helpt je bij het leren verplaatsen, bijvoorbeeld van het bed naar een stoel.
- **Mobilisatie:** Samen met de fysiotherapeut leer je lopen met elleboogkrukken. Je zult dit ook oefenen met de verpleging of je ouders.
- **Traplopen:** Indien nodig, leer je met krukken de trap op en af te gaan.

Je blijft in principe 1 nacht in het ziekenhuis totdat de pijn goed onder controle is, je zelfstandig kunt bewegen en er geen medische bezwaren meer zijn. Je krijgt een oefenprogramma mee voor thuis en een verwijzing voor de fysiotherapeut. Je kunt dan een eerste afspraak plannen met een fysiotherapeut in de buurt. Hoeveel behandelingen er precies nodig zijn, bepaal je samen met deze therapeut. Het hangt ervan af hoe veel je zelf oefent en hoe het herstelproces verloopt. Je blijft vaak wel ongeveer 6 maanden onder behandeling en de fysiotherapeut rapporteert met enige regelmaat naar de orthopeed (bijvoorbeeld 1, 3 en 6 maanden na de operatiedatum) over de voortgang.

#### 4. Oefeningen / Oefenschema

Oefeningen zijn een belangrijk onderdeel van het herstel. Ze helpen om de spieren sterk te houden en de gewrichten soepel. Hieronder vind je enkele oefeningen die na de operatie worden uitgevoerd:

Bij een bovenbeenverlenging is het vooral belangrijk om de hamstrings (de spieren aan de achterkant van je bovenbeen) te rekken. Bij een onderbeenverlenging moeten de spieren in de kuit goed op lengte worden gehouden. De fysiotherapeut legt precies uit hoe je de oefeningen moet doen. Soms wordt aanvullend een spalk voorgeschreven om de kuitspieren op lengte te houden.

#### Contactinformatie

Als je vragen hebt of meer wilt weten over de behandeling, staan wij altijd voor je klaar. Neem gerust contact op met je fysiotherapeut of de afdeling fysiotherapie van het ziekenhuis (076-5953075).

We wensen je een voorspoedig herstel!

#### Kinderwebsite

Wist je dat we een website speciaal voor kinderen hebben?

Kijk snel! (<https://www.amphia.nl/patienten-en-bezoekers/kinderen>)

