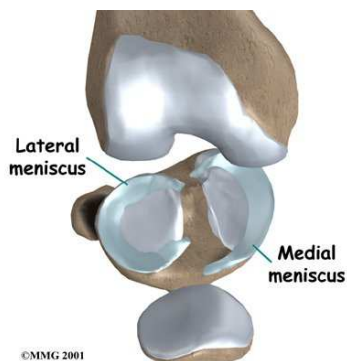


## Menisectomie



### Menisci

Het woord 'meniscus' is afgeleid van het Griekse woord, dat maantje of maanvormig lichaam betekent. De menisci verdelen en absorberen o.a. de krachten die op het kniegewricht inwerken, beperken de extreme buiging (flexie) en strekking (extensie) en zorgen voor smering van het gewricht doordat ze zich - tijdens bewegingen van de knie - als een ruitenwisser gedragen en zo het gewrichtsmeer door het kniegewricht verdelen.

### Operatief ingrijpen bij meniscusletsel

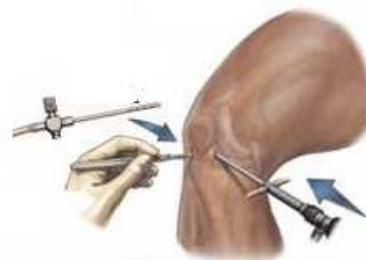
Wanneer het vermoeden bestaat van meniscusletsel, is een arthroscopie (kijkoperatie) momenteel de meest gebruikte behandelingsmethode. De chirurg kan dan in één behandeling de definitieve diagnose stellen en eventueel direct ingrijpen.

Als tijdens de arthroscopie blijkt dat de meniscus beschadigd is, kan een deel van de meniscus weggenomen worden (partiële menisectomie). De chirurg probeert zoveel mogelijk intact en functionerend meniscusweefsel te behouden. Het volledig

verwijderen van de meniscus komt tegenwoordig alleen nog voor bij beschadigingen die geen andere mogelijkheid overlaten. Als de beschadiging plaats heeft gevonden op het goed doorbloede buitenste deel van de meniscus, is ook het hechten van deze beschadiging een optie.

### Na de Operatie

Het maken van kleine incisies in het gewrichtskapsel en het spoelen van het kniegewricht kan wel enkele postoperatieve klachten geven. Als gevolg van de operatie kan een (tijdelijk) verstoord bewegingsgevoel rondom de knie (instabiliteitsgevoel) en een reflexmatig optredende atrofie (vermindering van spierkracht) optreden. Het weggespoelde gewrichtsmeer (synovia) wordt ook niet direct weer vervangen, waardoor de smering van het gewricht tijdelijk is afgenomen.



### Fysiotherapie

De revalidatie na een menisectomie vindt plaats bij de (sport)fysiotherapeut. Na de menisectomie kan over het algemeen snel worden begonnen met de revalidatie en hersteltrainingen. Na de operatie begint de revalidatie met lichte onbelaste oefeningen. Vervolgens zal er gewerkt worden aan het aanleren van een goed bewegingsgevoel en het opnieuw ontwikkelen van de coördinatie in de knie en het aansturen van de spiergroepen rondom de knie. Daarna zullen de oefeningen steeds meer functioneel gericht worden, met aandacht voor een goede actieve stabiliteit (spierfunctie). Vervolgens zal er voor sporters middels een sportspecifieke benadering toegewerkt worden naar sporthervatting.