

Rijnland Ziekenhuis bestrijdt 'pyjamaverlamming'

# Kunstheup en hup, lopen



Aad Rietveld  
a.rietveld@hdcmedia.nl

**Leiderdorp** \* Patiënten die een kunstheup of kunstknie hebben gekregen, zijn in het Leiderdorpse Rijnland Ziekenhuis al vier uur na de operatie hun bed uit. Dat bevordert het herstel, zegt orthooped Joris Jansen. „Lang in bed liggen leidt tot complicaties. Spier- en longfunctie nemen af en voor het koppie is het ook niet goed. Deze aanpak is voor iedereen beter.”

Vanaf vandaag werkt het Rijnland met een 'snel herstel protocol' voor knie- en heupoperaties. Jansen deed het idee op in een Londens ziekenhuis, waar hij zich in 2011 specialiseerde. Door veel lokale verdoving in te spuiten rond het gewricht en zenuwpijnstillers te geven, hoeven patiënten na de operatie niet meer twee dagen aan het morfine-infuus. En dus hoeven ze ook niet meer in bed te blijven. Met een looprek kunnen ze zich heel aardig redden.

## McDrive

„De fysiotherapeut helpt ze het bed uit, de verpleging helpt ze aankleden en dan kunnen ze zelfstandig naar de wc, aan tafel eten, bezoek zittend ontvangen”, vertelt physici-an assistent Maud Curvers. „Ze zijn ook niet ziek. Ze hebben een grote operatie gehad, maar twee dagen in bed is echt niet nodig. Het is niet de



Physician assistent Maud Curvers en orthooped Joris Jansen.

FOTO DICK HOGEWONING

McDrive, we zijn wel zorgvuldig. We zijn begonnen met mensen zes uur in bed te houden en hebben gezien dat we dat konden terugbrengen naar vier uur.”

Jansen en Curvers hebben samen met hun collega's van anesthesie, fysiotherapie, apotheek, afdeling, en

orthopedie-poli het protocol voorbereid en er sinds november 2012 mee proef gedraaid. „Het moet veilig zijn. We zijn geen cowboys”, zegt Jansen. „Ons doel is ook niet om mensen snel het ziekenhuis uit te werken. Ons gaat het om het geheel welzijn van de mensen. We proberen de pyjamaverlamming te doorbreken. Als mensen in bed liggen, gaan ze er vanuit dat er voor ze gezorgd moet worden. Wij streven naar zelfredzaamheid.”

Het Rijnland is niet het enige ziekenhuis dat mensen niet meer zo lang in bed laat liggen. Jansen: „We zijn in Delft en Sittard wezen kijken, daar doen ze het ook. Maar daar is het een project van orthopeden. Bij ons doen alle disciplines mee. Dat maakt ons protocol toch uniek.” Iedereen in het ziekenhuis die met de heup- en kniepatiënten te maken heeft, is erbij betrokken. „Vandaar

ook dat jaar voorbereiding”, legt Jansen uit. „Iedereen moet overtuigd zijn van het nut en de patiënt hetzelfde verhaal vertellen: de orthopedieconsulent, de anesthesist, de verpleger, de fysiotherapeut.” Het is belangrijk, vertelt Curvers, dat de patiënt goed weet wat er gaat gebeuren. „Dan zijn ze minder bang en hebben ze minder stress. En minder stress geeft minder pijn.”

Het hele ziekenhuis ziet de voordelen van de nieuwe aanpak, zegt Jansen. „Tot de voedingsassistenten aan toe. Die merken dat de patiënten na de operatie gewoon stevig eten, in plaats van te spugen in een bakje. En de anesthesisten zijn ook blij, want die hoeven de patiënten na de operatie helemaal niet meer te zien.”

De nieuwe aanpak wordt toegepast bij alle patiënten, jong en oud. Jansen: „Iedereen heeft er baat bij.”

## 'Vanavond naar huis'

**Leiderdorp** \* Alles in het Rijnland Ziekenhuis is erop gericht om patiënten die een heup- of knieoperatie hebben gehad snel weer mobiel te krijgen, maar bij het bed van mevrouw O. Dohle trekt orthooped Joris Jansen toch wel even zijn wenkbrauwen op. „Ik ga vanavond naar huis”, zegt de vrouw die woensdagmiddag een nieuwe knie kreeg al een dag later. „In de folder staat vier à vijf dagen, maar ik wil eruit”, zegt de Voorschotense. „Wat moet ik hier?”

Je gaat veel te snel, doe maar rustig aan, zeggen haar kamergenoten. Maar daar voelt Dohle niets voor. „Lopen gaat prima met een rekje. En thuis kan mijn man voor mij zorgen, die is met pre-pensioen.”

En eerlijk is eerlijk: ze voldoet aan het criterium van de fysiotherapeuten voor ontslag uit het ziekenhuis. Ze kan haar knie negentig graden buigen. „Meer zelfs.” Toegegeven: ze heeft nog wel heel veel pijn van de operatie. „Maar ik heb medicijnen.”