



59 ARTROSKOPIJA KOLENA

Zmago Krajnc

1. Kaj je artroskopija kolena?

Artroskopija kolena je operacijski poseg, ki omogoča operaterju pogled v notranjost kolenskega sklepa s pomočjo posebnega optičnega inštrumenta skozi kožni rez velikosti 1 cm, postavitev dokončne diagnoze in v večini primerov tudi hkratno oskrbo okvarjene strukture.

2. Kaj je kolenski sklep?

Koleno je *največji sklep v človeškem telesu* in eden izmed najpogosteje poškodovanih sklepov. Sestavljajo ga *spodnji del stegenice, zgornji del golenice in pogačica*. Stabilnost sklepu zagotavljajo *notranja in zunanja stranska vez ter sprednja in zadnja križna vez*. Sklep obdaja sklepna kapsula, ki proizvaja sklepno tekočino, v samem sklepu pa se nahajata še dve vezivno-hrutančni polkrožni strukturi, ki ju imenujemo meniskusa. Sklep obdajajo kolenske mišice.

3. Kdaj je potrebna artroskopija kolena?

Normalno vse kolenske strukture delujejo v harmoniji. Toda športne aktivnosti, poškodbe pri delu, obraba kolenskega sklepa ali slabitev tkiv s starostjo in različne bolezni lahko povzročijo motnje v delovanju oz. okvare kolenskih struktur, kar lahko občutimo kot bolečino, otekanje kolena, zmanjšano funkcijo sklepa...

Če pri odpravljanju težav ni bila uspešna konzervativna terapija (počitek, fizioterapija, zdravila...) ali pa kljub ostalim diagnostičnim metodam (RTG, CT, MR, UZ) še vedno ne poznamo vzroka vaših težav, vam svetujemo artroskopijo.

Z artroskopijo kolena lahko postavimo diagnozo in oskrbimo okvarjen meniskus, hrutančne površine, vezi, odstranimo prosta telesa, oskrbimo in po potrebi odstranimo notranjo sklepno ovojnico (revmatološki bolniki), odvzamemo vzorce tkiv za nadaljnje preiskave, ali pa ugotovimo stanje, ki zahteva večje operativne posege (npr. zamenjavo sklepa).

4. Kako poteka artroskopija kolena?

Večino artroskopij kolena izvajamo v tako imenovani »dnevni bolnišnici«, kar pomeni, da je bolnik isti dan sprejet, operiran in odpuščen v domačo oskrbo (izvzeti večji posegi: rekonstrukcija vezi, odstranjevanje notranje sklepne kapsule...).

Artroskopski poseg lahko izvajamo s pomočjo *lokalne* (omrtven sklep), *spinalne* (omrtven spodnji del telesa) ali *splošne* (spanje) *anestezije* po dogovoru med bolnikom, operaterjem in anesteziologom.

Če poseg izvajamo v lokalni ali spinalni anesteziji, ga lahko bolnik spremlja po monitorju. Operater bo skozi majhne reze (dva, redko več) v koleno uvedel kot svinčnik veliko kamero,



koleno napolnil s sterilno tekočino in pregledal notranjost sklepa. Pri tem si bo pomagal s kljukico, uvedeno skozi drug rez. Po pregledu sklepa sledi poprava okvarjenih struktur, izpraznitev tekočine iz sklepa in šiv ali pa lepljenje majhnih vstopnih ran. Operacija predvidoma *traja 30-60 minut*. Še isti dan odidete domov. Sami ne boste sposobni za vožnjo, zato si priskrbite prevoz. Če je potrebna rekonstrukcija kolenske vezi (ostanke stare vezi odstranimo in jo nadomestimo z novo) ali pa odstranitev notranje sklepne ovojnice, traja operacija dlje (tudi 2-3 ure), domov pa predvidoma odidete v nekaj dneh.

5. Kdo vas napoti na artroskopijo?

Zdravnik družinske medicine vas napoti k ortopedu, ki po pregledu vašega kolena in dokumentacije oceni, ali bi vam svetoval artroskopijo prizadetega sklepa. Ortoped vam po pregledu postavi diagnozo in vam predstavi možnosti zdravljenja in predvidene rezultate tega. Opozori vas tudi na možne zaplete.

Če se strinjate s posegom, vas ortoped vpiše na seznam čakajočih na operacijo. Strinjanje z operacijo morate pred posegom tudi pisno potrditi. O natančnem datumu operacije vas običajno pisno obvestijo 2-4 tedne pred posegom.

6. Kakšna je priprava na artroskopsko operacijo?

Pred posegom naj vas pregleda zdravnik družinske medicine in vas po potrebi napoti še v ustrezno specialistično ambulanto zaradi dodatnih pregledov glede sposobnosti za operacijo. Pred operacijo morate imeti urejeno raven krvnega sladkorja, krvnega tlaka in urejene morebitne motnje srčnega ritma. Na poseg se morate psihofizično pripraviti.

Ob sprejemu morate imeti s seboj sveže laboratorijske izvide krvi (doenega meseca) v skladu z Navodili za pripravo bolnika v osnovnem zdravstvu za operativni poseg v anesteziji (podrobna navodila boste dobili pri svojem zdravniku družinske medicine) ter po možnosti RTG slike stare največ pol leta,. Če se zdravite zaradi drugih bolezni (srčno popuščanje, sladkorna bolezen), pa morate imeti še mnenja kliničnih specialistov ustrezne stroke (internist) o sposobnosti za operativni poseg.

Ne pozabite na izvide ortopeda.

Na sprejem pridite tešči.

Zdravila, ki jih jemljete doma, prinesite s seboj. Predoperativno se posvetujte z vašim zdravnikom družinske medicine o potrebi po prenehanju jemanja nekaterih zdravil pred operacijo.

7. Kakšni so možni zapleti po artroskopski operaciji?

Nihče vam ne more zagotoviti 100 % varnosti operativnega posega. Pri artroskopijah so zapleti *zelo redki*, vendar je prav, da nanje opozorimo. Možni zapleti so: dražeči izlivi v koleno (večji zahtevajo punkcijo), manjše poškodbe hrustanca med operacijo (praviloma brez



posledic), zelo redko (manj kot 1 %) lahko pride do vnetja kolena, zamašitve in vnetja ven spodnji okončin; še redkeje pa do okvar žil, živcev.

8. Kakšen je pooperativni potek zdravljenja?

Nekaj dni po posegu bo koleno še blago otečeno, priporočamo lokalno hlajenje z ledom (4-krat po 15 minut), ortoped vam bo predpisal protibolečinska zdravila. Če je bila operacija izvedena v brezkrvju, boste prejeli še antikoagulantno zdravljenje (injekcije, ki si jih boste dajali sami predvidoma še 7 dni po operaciji – naučili vas bomo v bolnišnici). Sicer pa upoštevajte navodila operaterja do prve kontrole pri njem. Šive vam bo predvidoma odstranil vaš zdravnik družinske medicine 8.-14. pooperativni dan.

Če je bil opravljen le manjši operativni poseg (odstranitev dela meniskusa), boste v nekaj tednih (4-8) ponovno aktivni, sicer pa lahko okrevanje traja tudi več mesecev (6-12). V primeru močnega otekanja, rdečine kolena, bolečine v kolenu, goleni ali vročine je potreben takojšen pregled pri vašem zdravniku družinske medicine, ki vas bo po potrebi napotil k ortopedu.

9. Kakšen je pričakovani rezultat po artroskopski operaciji?

Čeprav lahko z artroskopskim posegom ozdravimo številna stanja, pa lahko tudi po posegu ostanejo prisotne manjše težave v obliki *občasnega zbadanja ali bolečine* in nekatere omejitve fizične aktivnosti v primerjavi z obdobjem pred poškodbo oz. pred začetkom težav.