

SCHOUDERPOLI ST. ANTONIUS SCOORT MET NAUWE SAMENWERKING TUSSEN ORTHOPEED

Schouderpijn is een veelvoorkomende klacht. De schouderpoli van het St. Antonius Ziekenhuis trekt dan ook patiënten vanuit de wijde regio. Bijzonder is dat in dit ziekenhuis verschillende disciplines nauw samenwerken. „Dat scheelt enorm veel tijd voor de patiënt. Die heeft dus minder lang pijn.”

Samen de schouder eronder

Daniëlle Verweij

Woerden

„De schouderpoli is door ons in het leven geroepen omdat wij dachten dat het beter kon,” vertelt orthopeed Ronald Wessel. Hij werkt samen met collega-orthopeed Auw Yang op de schouderpoli van het St. Antonius Ziekenhuis.

„Wanneer een patiënt zich in het verleden meldde met schouderklachten, stond hem vaak een langdurig traject te wachten. De orthopeed keek ernaar, daarna volgde vaak een echo bij de radiologie, soms fysiotherapie of een operatie. Omslachtig, tijdrovend en de patiënt had langer pijn. Bij de schouderpoli kijken we al bij het eerste bezoek nauwkeurig met elkaar - de orthopeed en fysiotherapeut - naar de klacht. We stellen de diagnose en richten ons op oplossingen.”

De patiënt krijgt nu vaak bij het eerste consult al een echo. „Ik kan dan direct heel gericht kijken. Die echo kan ik koppelen aan de klachten en het ook direct aan de patiënt laten zien: ‘Kijk, hier komt uw pijn vandaan’. Het direct interpreteren en vertalen naar beleid scheelt enorm veel tijd voor de patiënt. Die heeft dus minder lang pijn, omdat direct de weg naar herstel wordt ingezet.”

Tijdens het schouderpreekuur werken de orthopeden nauw samen met de in schouderklachten gespecialiseerde fysiotherapeuten Jonah Meijburg en Sandra Baars.

Wessel: „Fysiotherapie is echt een ander vak dan orthopedie. Natuurlijk zijn er raakvlakken, maar we bundelen in de schouderpoli onze krachten om de patiënt optimaal te helpen.”

In de praktijk is gebleken dat een operatie in veel gevallen kan worden voorkomen of voorlopig kan worden uitgesteld. „Liever opereren we niet. Natuurlijk zijn er klachten waarbij echt alleen een operatie helpt, maar in heel veel gevallen kan fysiotherapie afdoende zijn.”

De schouder bestaat uit complexe gewrichten, spieren en pezen. Tal van aan-

“**Met een echo kan ik aan de patiënt laten zien: ‘Kijk, hier komt uw pijn vandaan’**

–Ronald Wessel, orthopeed

doeningen liggen ten grondslag aan pijnklachten. Maar een aantal klachten komt vaak voor. „Verreweg de meeste patiënten komen hier met pijn vanuit de slijmbeurs,” legt de orthopeed uit.

Misvatting

„Ik noem het altijd het ‘plastic zakje’ dat het lichaam tussen de gewrichten heeft gecreëerd om het soepel te laten bewegen. Grote misvatting is dat de pijn in die slijmbeurs op zich staat. Meestal zijn het de geïrriteerde pezen aan de onderzijde van het schouderdak die pijn veroorzaken. Een injectie wil de pijn nog wel eens verlichten. Maar als je niets aan die geïrriteerde pezen doet, blijft de pijn vaak terugkomen. Er kan ook een scheurtje of kalk in de pees zitten. Door de echo kan ik de patiënt dit direct laten zien.”

Een andere veelvuldige pijnklacht op de poli wordt veroorzaakt door artrose. Een prothese aanbrengen tijdens een operatie werd in het verleden als dé oplossing gezien.

„Tegenwoordig kijken we eerst naar wat we kunnen doen zonder operatie,” verklaart Wessel. „Artrose zorgt ervoor dat de schouder sneller overbelast is. Maar door je schouder goed te trainen of wat minder te belasten, kan

TEAMWERK

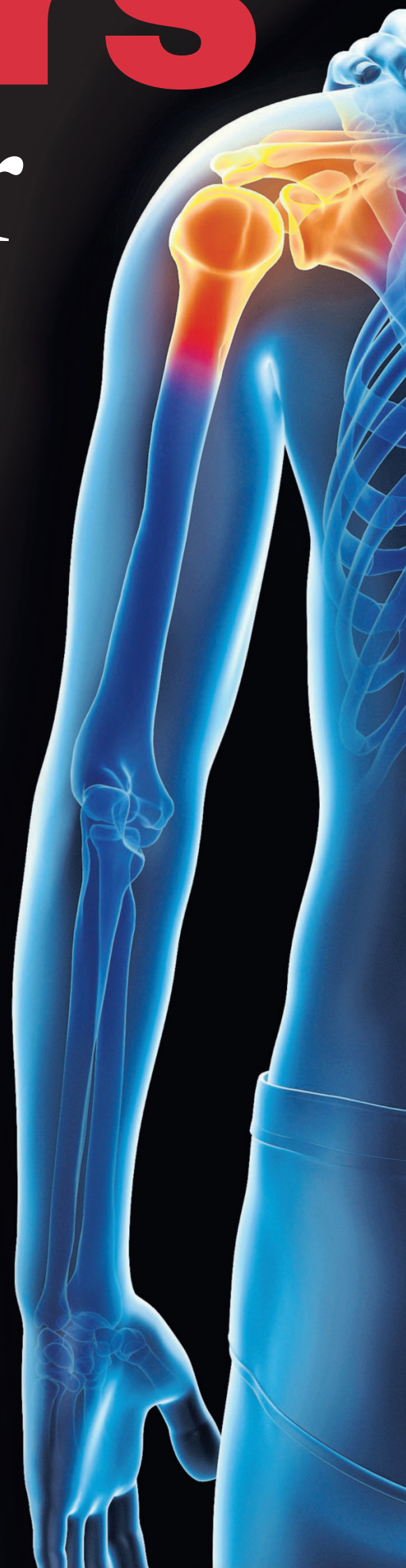
‘Samen boeken we echt veel successen’

Het succes en de effectiviteit van de behandelingen in het St. Antonius Ziekenhuis zijn volgens orthopeed Ronald Wessel te danken aan teamwork. „Naast de orthopeden en fysiotherapeuten werken we ook nauw samen met de musculo-skeletaal radiologen; dat zijn ra-

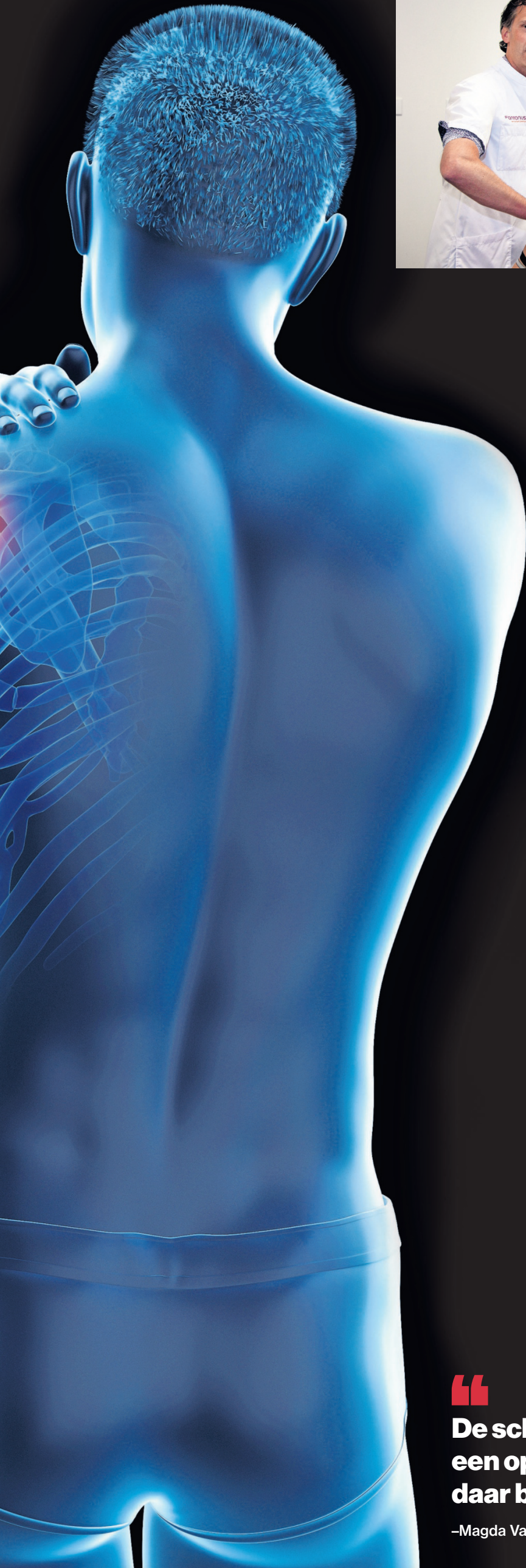
diologen die gespecialiseerd zijn in het bewegingsapparaat. Ook fysiotherapeuten van het Schouderennetwerk, pijnbestrijding en de eerstelijns-revalidatiecentra zijn enorm betrokken.”

De afdeling orthopedie van het St. Antonius Ziekenhuis loopt in Nederland voorop bij de

(operatieve) behandelingen aan de schouder. „Samen boeken we echt veel successen en zijn we in staat, door intensief met elkaar te werken, patiënten echt te helpen. Dat maakt de schouderpoli tot een prachtige voorziening,” besluit orthopeed Ronald Wessel.



EN FYSIOTHERAPEUT



◀◀ Orthoeped Ronald Wessel maakt tijdens het consult een echo van de schouder van een patiënt.
 ▲ Fysiotherapeut Jonah Meijburg begeleidt een patiënt met speciale oefeningen voor het schoudergewricht.
 ◀ Orthoeped Wessel (l) en fysiotherapeut Meijburg zijn in gesprek met een patiënt bij de schouderpoli van het St. Antonius Ziekenhuis.

FOTOS DANIELLE VERWEIJ

je er vaak prima mee leven. Met fysiotherapie kom je vaak een heel eind zodat een operatie niet of pas later nodig is.”

Lukt die therapie niet, dan kunnen er verschillende soorten protheses worden geplaatst. „Een gewone prothese of een omgekeerde schouderprothese. Dat is wat ingewikkelder en vergt wat meer uitleg. Ik teken dat dan uit voor de patiënt om het begrijpelijk te maken. Als bepaalde pezen gescheurd zijn en niet meer te repareren zijn, nemen andere pezen die functies over.”

Een ‘schouder uit de kom’ komt ook vaak voor. Wessel en zijn team kijken in dat geval naar de situatie. „Gebeurt dit bij specifieke bewegingen, of ook wanneer de patiënt slaapt? In het eerste geval kunnen we ook weer met de fysiotherapeut kijken hoe die patiënt nu precies beweegt. Dat geeft veel informatie. Door anders te bewegen, kan vaak zonder operatie al veel resultaat worden geboekt. Natuurlijk blijft een operatie soms wel nodig, zeker wanneer de schouder tijdens slaap uit de kom gaat. Dan is er geen controle.”

De schouder is een ingenieus stukje gewricht waar van alles aan kan mankeren. Wessel beheerst de kunst om de complexe materie uit te leggen in begrijpelijke termen. „Je hebt de kop en de kom. Als je alleen die kop en die kom beweegt, kom je niet hoger dan negentig graden. Wil je hoger komen, moet je de hele kom, dat één bot is met het schouderblad, meebewegen. De bewegingen van je schouderblad zijn dus minstens zo belangrijk als de beweging in de kop en de kom.”

Patiënten met een beperkte ruimte tussen schouderkop en schouderdak werden jaren-

lang geholpen met een kijkoperatie. „We maakten de ruimte dan wat groter zodat beweging weer mogelijk was. Nu leert de fysiotherapeut de patiënt om de schouder beter te coördineren. Hierdoor is een operatie zelden nog nodig. Soms kunnen patiënten hun arm niet hoger heffen dan die negentig graden. En na een halfuurtje oefenen met de fysiotherapeut kan het wel.”

Tips en trucs

Fysiotherapeut Jonah Meijburg is blij met de resultaten die na intensieve begeleiding zijn geboekt: „Ik benadruk altijd wel dat de patiënt ook zelf aan de slag moet. Tussen de bezoeken aan ons zit soms een paar weken. In de tussenliggende periode is het: thuis dagelijks trainen, met de tips en trucs die je van ons krijgt. Daarmee komen de meeste patiënten heel ver.”

Patiënte Magda Varro is een levend voorbeeld van de succesformule. „Mijn linkerschouder was al jarenlang zeer pijnlijk en mijn arm kon ik vaak nauwelijks bewegen. Bij de huisarts had ik al twee keer een injectie gekregen, maar dat hielp maar heel even. Een operatie zag ik niet zitten, ik zag op tegen de pijn en het uit de roulatie zijn. En dus ik stelde een afspraak bij de orthoeped steeds uit. Maar de pijn werd steeds erger en toen ik zelfs mijn jas niet meer kon aantrekken, heb ik toch maar een afspraak gemaakt. Op de echo bleek dat de pezen rondom de schouder echt een lappendeken zijn. Eigenlijk is dit alleen met een operatie te verhelpen. Maar omdat ik daar zó tegenop zag, opperde dokter Wessel als laatste redmiddel de speciale fysiotherapie. Door over de schouder te leren en andere spieren te gebruiken, kan ik nu tegen alle verwachtingen in weer normaal functioneren. Eigenlijk heeft de schouderpoli mijn arm weer aan het werk gekregen, zonder operatie. Dat had ik nooit verwacht. Ik kan weer zo veel doen, ik ben heel actief met sporten en zelfs zwemmen. Overbelasting ligt wel op de loer; daar moet ik voor waken. De schouderpoli heeft mij een operatie bespaard, daar ben ik heel dankbaar voor.”



De schouderpoli heeft mij een operatie bespaard, daar ben ik heel dankbaar voor

–Magda Varro, patiënte