

Inhoudsopgave

1. Wervelkolom, protocol neurochirurgie na (micro) discectomie en laminectomie	3
2. Doel	3
Door de fysiotherapeutische voorlichting en behandeling kan de patiënt op een zo optimaal mogelijk niveau mobiliseren en heeft hij kennis van wat hij wel en niet kan doen om zijn herstel positief te beïnvloeden. Hierdoor kan de patiënt op een zo kort mogelijke termijn veilig met ontslag.	
3. Toepassingsgebied	3
Patiënten die een lumbale laminectomie of lumbale (micro)discectomie ondergaan.....	
4. Werkwijze	3
Preoperatief: Patiënt krijgt een folder met hierin beschreven leefregels en hoe te bewegen na de operatie.	
Postoperatief:	
De eerste mobilisatie vindt plaats op de operatiedag (mits anders aangegeven door de neurochirurg) en wordt gedaan onder begeleiding van de verpleging.	
Fysiotherapeutische behandeling.....	3
☐ Verkrijgen van informatie over veranderingen op stoornisniveau ten opzichte van preoperatief.	3
☐ Draai instructies en transfers doornemen	3
☐ Lopen onder begeleiding.	3
☐ Doornemen van zitten en zithouding.	3
☐ Post operatieve klachten en actuele status van mobiliseren noteren.	3
☐ Uitbreiden loopafstand op geleide van klachten c.q. belastbaarheid.	3
☐ Toewerken naar pre-operatieve mate van zelfstandigheid bij mobiliseren, eventueel tijdelijk met hulpmiddel.	3
☐ Eventueel instructies voor ADL activiteiten, v.w.b. douchen, aankleden.	3
☐ Eventueel testen van spierkracht en navragen sensibiliteit.	3
☐ Traplopen indien nodig in thuissituatie.....	3
☐ Instructies doornemen voor ADL activiteiten, voor wat betreft knielen, tillen en in/ uit de auto stappen.	3
☐ Doornemen van de leefregels en beantwoorden van vragen.	3
☐ Bepalen van zelfredzaamheid, belastbaarheid en ontslagmoment. Dit gaat in overleg met patiënt en verpleegkundige.....	4
☐ Verkrijgen adresgegevens van fysiotherapeut voor overdracht naar eerstelijns praktijk. Fysiotherapie in de eerstelijns is standaard geïndiceerd, waarbij de eerste behandeling aan huis plaats vindt.	4
De postoperatieve leefregels die doorgenomen worden met de patiënt zijn, deze gelden voor de eerste 2 weken;	4

☐ Niet zelf autorijden en fietsen; in de auto mag men wel als bijrijder mee en men mag fietsen op een hometrainer.	4
☐ Niet langer dan 30 minuten achtereen zitten.	4
☐ Maximaal 2-5 kg. Tillen, bij spondylodese 1-2 kg.	4
☐ Alleen lichte huishoudelijke werkzaamheden zijn toegestaan, NIET stofzuigen, dweilen of schoonmaken.	4
☐ Enkele malen per dag buiten lopen.	4
☐ Rusten naar behoefte en in een rustige omgeving. Luister naar je lichaam.	4
5. Aandachtspunten/opmerkingen.....	5
<u>Lopen:</u>	5

1. Wervelkolom, protocol neurochirurgie na (micro) discectomie en laminectomie.

2. Doel

Door de fysiotherapeutische voorlichting en behandeling kan de patiënt op een zo optimaal mogelijk niveau mobiliseren en heeft hij kennis van wat hij wel en niet kan doen om zijn herstel positief te beïnvloeden. Hierdoor kan de patiënt op een zo kort mogelijke termijn veilig met ontslag.

3. Toepassingsgebied

Patiënten die een lumbale laminectomie of lumbale (micro)discectomie ondergaan.

4. Werkwijze

Preoperatief: Patiënt krijgt een folder met hierin beschreven leefregels en hoe te bewegen na de operatie.

Postoperatief:

De eerste mobilisatie vindt plaats op de operatiedag (mits anders aangegeven door de neurochirurg) en wordt gedaan onder begeleiding van de verpleging.

Fysiotherapeutische behandeling

- ☐ Verkrijgen van informatie over veranderingen op stoornisniveau ten opzichte van preoperatief.
- ☐ Draai instructies en transfers doornemen
- ☐ Lopen onder begeleiding.
- ☐ Doornemen van zitten en zithouding.
- ☐ Post operatieve klachten en actuele status van mobiliseren noteren.
- ☐ Uitbreiden loopafstand op geleide van klachten c.q. belastbaarheid.
- ☐ Toewerken naar pre-operatieve mate van zelfstandigheid bij mobiliseren, eventueel tijdelijk met hulpmiddel.
- ☐ Eventueel instructies voor ADL activiteiten, v.w.b. douchen, aankleden.
- ☐ Eventueel testen van spierkracht en navragen sensibiliteit.
- ☐ Traplopen indien nodig in thuissituatie.
- ☐ Instructies doornemen voor ADL activiteiten, voor wat betreft knielen, tillen en in/ uit de auto stappen.
- ☐ Doornemen van de leefregels en beantwoorden van vragen.

- ☐ Bepalen van zelfredzaamheid, belastbaarheid en ontslagmoment. Dit gaat in overleg met patiënt en verpleegkundige.
- ☐ Verkrijgen adresgegevens van fysiotherapeut voor overdracht naar eerstelijns praktijk. Fysiotherapie in de eerstelijns is standaard geïndiceerd, waarbij de eerste behandeling aan huis plaats vindt.

De postoperatieve leefregels die doorgenomen worden met de patiënt zijn, deze gelden voor de eerste 2 weken;

- ☐ Niet zelf autorijden en fietsen; in de auto mag men wel als bijrijder mee en men mag fietsen op een hometrainer.
 - ☐ Niet langer dan 30 minuten achtereen zitten.
 - ☐ Maximaal 2-5 kg. Tillen, bij spondylodese 1-2 kg.
 - ☐ Alleen lichte huishoudelijke werkzaamheden zijn toegestaan, NIET stofzuigen, dweilen of schoonmaken.
 - ☐ Enkele malen per dag buiten lopen.
 - ☐ Rusten naar behoefte en in een rustige omgeving. Luister naar je lichaam.
- Na twee weken rustig op geleide van klachten en pijn uitbreiden.

Ontslagvoorwaarden:

- ☐ Patiënt is zelfstandig m.b.t. zelfverzorging (eventueel met uitzondering van wassen en aankleden waarbij thuiszorg ingeschakeld kan worden).
- ☐ Patiënt kan zelfstandig mobiliseren eventueel met hulpmiddel.
- ☐ Patiënt is op de hoogte van de leefregels.

Nazorg:

- ☐ Een schiftelijke overdracht naar de eerstelijns praktijk.

5. Aandachtspunten/opmerkingen

Inhoud

Transferinstructie bij ingrepen aan de lumbale wervelkolom

Zijwaarts verplaatsen in bed:

- ☐ buig de knieën 1 voor één met de hakken in het matras.
- ☐ verplaats de schouders zijwaarts.
- ☐ lift de billen omhoog en opzij. Laat de billen zakken.

Omrollen naar de zij:

- ☐ strek het been aan de kant waar u heen rolt.
- ☐ buig het andere been.
- ☐ zet de beweging in met de arm aan de zijde van het gebogen been.

Van zijlig naar zit:

- ☐ kom in zijlig.
- ☐ buig 1 voor 1 uw benen.
- ☐ breng de benen voorzichtig van het bed.
- ☐ kom tot zit met steun van uw elleboog en strek deze.
- ☐ **houdt de rug hierbij recht**

Van zit naar stand:

- ☐ plaats de handen op de benen.
- ☐ buig in de heup naar voren.
- ☐ sta op met steun van uw armen op de bovenbenen.
- ☐ **houdt de rug recht.**

Lopen:

Probeer zo soepel mogelijk te lopen. Wanneer men te gespannen loopt, worden de spieren in de rug te lang aangespannen, waardoor de doorbloeding in de rug vermindert en men last krijgt van spierpijn

Patiëntinformatie:

[Rughernia of wervelkanaalstenose](#) (website)

[Een operatie aan de onderrug](#) (folder)

[Instructies en leefregels na een operatie aan de onderrug](#) (folder)