

# Fysiotherapie bij uw knieoperatie

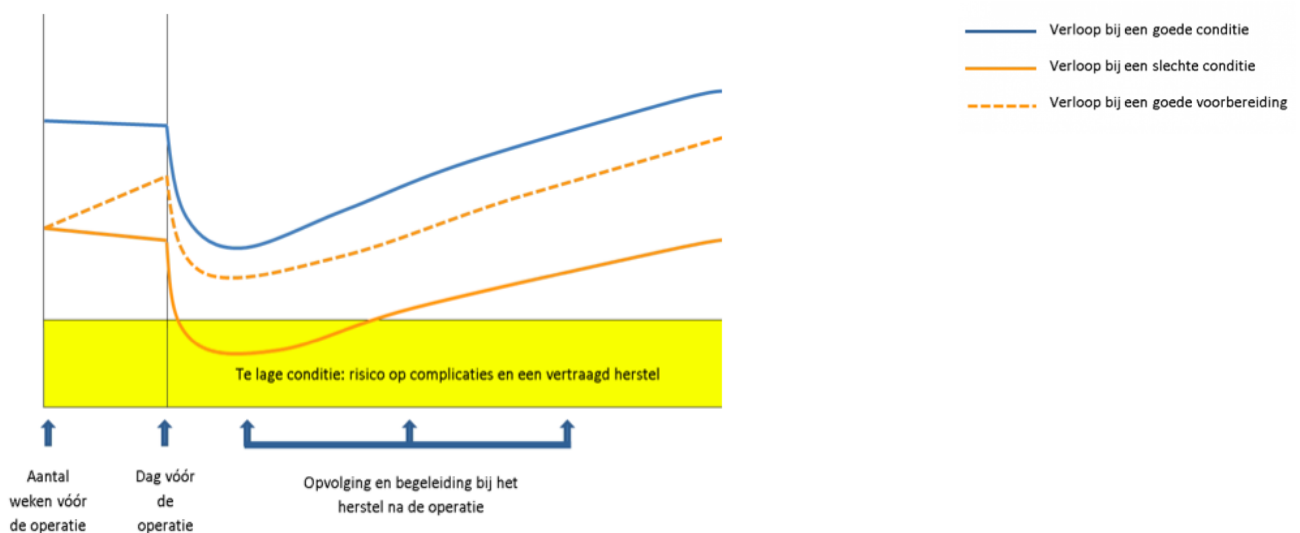
Onderzoek vóór uw operatie door de fysiotherapeut als voorbereiding op uw herstel

Binnenkort ondergaat u een totale knieprothese operatie in het Maastricht UMC+ (MUMC+). Uw lichamelijke conditie heeft invloed op uw herstel van deze operatie. Hoe beter uw conditie, hoe sneller en beter herstelt. Op dit blad krijgt u meer informatie over het belang van een goede conditie en de hulp die u van de fysiotherapeut kunt verwachten.

- Een goede conditie vóór de operatie helpt om goed en sneller te herstellen van de operatie. Daarom meet u samen met de fysiotherapeut voor de operatie uw conditie.
- De uitslag van die meting bespreekt de fysiotherapeut met u.
- Ook krijgt u advies van de fysiotherapeut over hoe u uw conditie voor de operatie kunt behouden en/of verbeteren.

## Fit de operatie in!

Een goede conditie vóór de operatie helpt u om beter en sneller te herstellen van de operatie. In onderstaande afbeelding ziet u welke invloed uw conditie heeft op uw herstel. Een aantal weken tot dagen voor de operatie brengt de fysiotherapeut uw conditie samen met u in kaart. Vervolgens bespreekt de fysiotherapeut de uitslag met u en geeft u een advies mee hoe u uw conditie voor de operatie kunt behouden en/of verbeteren.



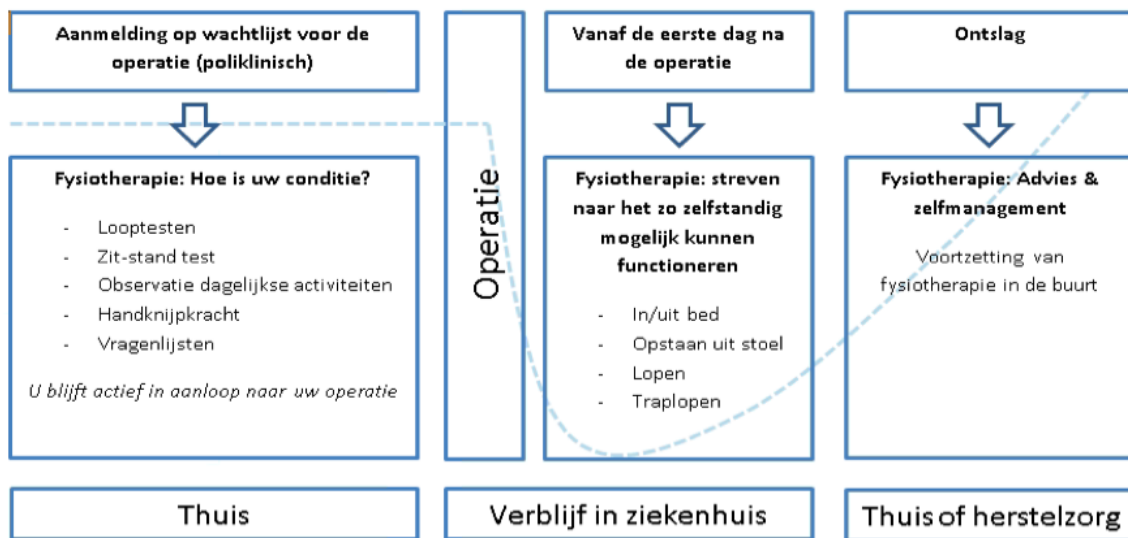
Afbeelding 1: Het belang van uw conditie.

## De begeleiding van de fysiotherapeut

U wordt rondom uw operatie intensief begeleid door de fysiotherapeut.

Voor uw operatie heeft u een afspraak bij de fysiotherapeut voor het meten van uw conditie. Deze meting duurt 30 minuten en vindt enkele weken tot dagen voor uw operatie plaats. We meten uw spierkracht en testen uw loopvaardigheid. (zie afbeelding 2).

Na uw operatie komt de fysiotherapeut in het ziekenhuis bij u langs om u te begeleiden in uw herstel. U oefent samen met de fysiotherapeut, en later zelfstandig, om uw dagelijkse activiteiten weer op te pakken, zoals het in- en uit bed komen, lopen en traplopen. De fysiotherapeut ondersteunt u waar nodig.



Afbeelding 2: Wat kunt u verwachten van de fysiotherapie voor en na uw knieoperatie

## Vorbereiding voor uw fysiotherapeutische screening

- Neem gemakkelijk zittende kleding of sportkleding en gemakkelijke schoenen mee.
- U meldt zich op de dag van uw afspraak bij de receptie van de poli Revalidatie/Fysiotherapie, niveau 0. Volg B-o paars. Neem vervolgens plaats in wachtruimte. Hier haalt de fysiotherapeut u op.
- U kunt uw looproute bekijken via: [www.mumcplattegrond.nl/](http://www.mumcplattegrond.nl/) (<https://www.mumcplattegrond.nl/>).

## Contact

Hebt u na het lezen van deze informatie nog vragen, neem dan contact met ons op.

### Afdeling Fysiotherapie

043-387 71 46. Voor dringende zaken en op dinsdag en donderdag van 08:30 uur tot 17:00 uur; vraag naar Tiele Döpp.

## Websites

- [www.mumc.nl](https://www.mumc.nl) (<https://www.mumc.nl>).
- <https://www.mumc.nl/patienten-en-bezoekers/specialisme/fysiotherapie/over-fysiotherapie> (<https://https://www.mumc.nl/patienten-en-bezoekers/specialisme/fysiotherapie/over-fysiotherapie>).