

Aandoening

# Gescheurde meniscus

Een meniscus kan scheuren, bijvoorbeeld als de knie verdraaid. Een meniscus is een stukje kraakbeen in de knie. Er zit een meniscus aan de buitenzijde en binnenzijde van de knie.

De meeste scheuren in de meniscus ontstaan tijdens het sporten. Een scheur in de meniscus aan de binnenzijde van de knie komt het meest voor. Soms scheurt tegelijkertijd ook de voorste kruisband

(<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/scheuren-van-de-voorste-kruisband>) of binnenste gewrichtsband. Een gescheurde meniscus geeft pijn aan de buitenzijde of binnenzijde van de knie. Soms zit de knie 'op slot'. U kunt de knie dan niet meer strekken.

Als de knie verdraaid is en pijn doet, hoeft dit niet te betekenen dat de meniscus gescheurd is. In meer dan 90% van de gevallen is er sprake van een verstuiking (distsie) van de knie. Deze klachten kunnen lang duren, maar verdwijnen meestal binnen drie maanden.

## Onderzoeken

De orthopedisch chirurg onderzoekt uw knie.

Als de meniscus is gescheurd, is het vaak pijnlijk als er op de buitenzijde of binnenzijde van de knie wordt gedrukt. Door irritatie van de gescheurde meniscus kan er vocht in de knie ontstaan. Op een röntgenfoto is een gescheurde meniscus niet te zien, omdat op gewone röntgenfoto's alleen maar bot te zien is. De menisci zijn van kraakbeen. Als het nodig is kan er een MRI-onderzoek gedaan worden. Maar zelfs na een MRI-onderzoek kan de arts niet altijd met zekerheid zeggen of de meniscus gescheurd is.

### MRI- en MRA-onderzoek

Met behulp van het MRI-onderzoek kunnen pezen, spieren, hersenweefsel, kraakbeen, tussenwervelschijven, organen of bloedvaten zichtbaar worden gemaakt.

Een MRA-onderzoek is bijna hetzelfde als een MRI-onderzoek, maar bij MRA-onderzoek worden alleen de bloedvaten bekeken. Om de bloedvaten duidelijk zichtbaar te maken krijgt u meestal een contrastvloeistof toegediend via een infuus. Voor de leesbaarheid spreken we hieronder verder alleen over 'MRI-onderzoek', maar alle informatie is ook van toepassing op het MRA-onderzoek.

**LET OP!** U moet zich voor dit onderzoek voorbereiden. Lees daarom deze informatie minstens EEN DAG vóór het onderzoek goed door! Het is belangrijk dat u deze instructies goed opvolgt. Het onderzoek kan anders misschien niet doorgaan.

In dit filmpje kunt u zien hoe een MRI-scan wordt gemaakt. In dit filmpje gaat het om een MRI-scan van de lever.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/onderzoeken/mri-en-mra-onderzoek>

## Behandelingen

Een periode van rust kan uw klachten verminderen. Vaak komen de symptomen weer terug zodra u draaibewegingen maakt.

Een fysiotherapeut kan u gerichte oefeningen leren, die zorgen dat de spieren rond de knie sterker worden. Hierdoor kunnen uw klachten afnemen. Afvallen bij overgewicht en het minder belasten van de knie kunnen klachten ook verminderen.

De orthopedisch chirurg kan een kijkoperatie van de knie (arthroscopie) adviseren als u klachten blijft houden. Tijdens een kijkoperatie

kan de orthopedisch chirurg het gescheurde deel van de meniscus verwijderen. Het goede deel van de meniscus laat de orthopedisch chirurg zitten. Er kan namelijk slijtage ontstaan als de meniscus helemaal verwijderd wordt.

### Kijkoperatie van een gewricht (arthroscopie)

Met een arthroscopie (ofwel: kijkoperatie) kan de arts op een eenvoudige manier een gewricht van binnen controleren op beschadigingen. Meestal kan een eventuele behandeling meteen plaatsvinden.

Een sportongeval, verkeersongeval, of soms alleen maar een kleine verdraaiing, kan een beschadiging veroorzaken van een gewricht zoals de schouder, enkel, elleboog, pols of knie. Met bijvoorbeeld een röntgenfoto is het letsel niet altijd te zien. Een arthroscopie kan dan uitkomst bieden.

Het voordeel van een kijkoperatie is dat het herstel meestal heel snel gaat. En u mag het gewricht na de operatie bijna altijd meteen weer volledig belasten.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/kijkoperatie-van-een-gewricht-arthroscopie>

## Poliklinieken en afdelingen

### Orthopedie

Het team van professionals van het specialisme Orthopedie behandelt mensen met problemen aan gewrichten, botten, spieren en pezen.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie>