Aandoening

Gescheurde meniscus

Een meniscus is een stevig, veerkrachtig schijfje in de knie, dat als drukverdeler werkt. Een meniscus kan scheuren, bijvoorbeeld als de knie verdraait.

In elke knie zitten er 2 menisci: een aan de buitenzijde en een aan de binnenzijde. De meeste scheuren in de meniscus ontstaan tijdens het sporten. Soms scheurt er meer in de knie; bijvoorbeeld de voorste kruisband (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/scheuren-van-de-voorste-kruisband) of binnenste gewrichtsband. Een gescheurde meniscus geeft pijn en vaak zwelling van de knie. Soms kan de knie 'op slot' gaan. U kunt de knie dan niet meer helemaal strekken.

Als de knie verdraaid is en pijn doet, hoeft dit niet te betekenen dat de meniscus gescheurd is. In veel gevallen gaat het om een verstuiking van de knie. Deze klachten kunnen lang aanhouden, maar verdwijnen meestal binnen 3 maanden.

Onderzoeken

De orthopedisch chirurg onderzoekt uw knie.

Een meniscusscheur is niet zichtbaar op een röntgenfoto, omdat daarop alleen botstructuren te zien zijn. Toch doen we dit onderzoek vaak als eerste, om andere oorzaken uit te sluiten. Als het nodig is kan aanvullend een MRI-onderzoek gedaan worden.

MRI onderzoek algemeen

MRI staat voor Magnetic Resonance Imaging. Bij een MRI-onderzoek worden met behulp van sterke magneetvelden en radiogolven foto's gemaakt van organen en weefsels in het lichaam.

Een MRA-onderzoek is een MRI van de bloedvaten. Veelal wordt hierbij contrastvloeistof toegediend via een infuus.

U leest hier algemene informatie over het onderzoek. Uw persoonlijke situatie kan soms anders zijn dan hier beschreven.

LET OP!

- U moet zich voor dit onderzoek voorbereiden. Lees daarom deze informatie minstens 3 DAGEN vóór het onderzoek goed door! Het is belangrijk dat u deze instructies goed opvolgt. Het onderzoek kan anders misschien niet doorgaan.
- We vragen u om ruim van tevoren de vragenlijst in te vullen. Heeft u één of meer vragen met JA beantwoord? Neem dan contact op met afdeling Radiologie.

In dit filmpje kunt u zien hoe u zich op een MRI-onderzoek moet voorbereiden en hoe het onderzoek verloopt.

Bekijk de video op de website (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/gescheurde-meniscus).

Behandelingen

Een periode van rust kan uw klachten verminderen. Een fysiotherapeut kan u gerichte oefeningen leren, om de spieren rond de knie te versterken. Hierdoor kunnen uw klachten afnemen. Ook afvallen bij overgewicht en het minder belasten van de knie kunnen de klachten verminderen.

Bij bepaalde meniscusscheuren kan de orthopedisch chirurg een kijkoperatie van de knie (arthroscopie) adviseren, om de meniscus te hechten of het gescheurde deel te verwijderen.

Voor een kijkoperatie aan de knie wordt u enkele uren opgenomen in het ziekenhuis. Uw knie zit na de operatie in een drukverband. Dit mag u na 24 uur verwijderen. U begint daarna met oefeningen, volgens instructie van de fysiotherapeut. Als een deel van de meniscus is verwijderd mag u meteen staan en belasten. Het is raadzaam de eerste dagen elleboogkrukken te gebruiken.

Als de meniscus is gehecht krijgt u instructies over hoe lang u met krukken moet lopen, hoeveel u de knie mag belasten en tot hoever u de knie de eerste weken mag buigen. Volg altijd de instructies van de orthopedisch chirurg.

Kijkoperatie van een gewricht (arthroscopie)

Met een arthroscopie (kijkoperatie) kan de arts op een eenvoudige manier een gewricht van binnen bekijken en controleren op beschadigingen. Als dat nodig is kan een behandeling meestal meteen gedaan worden.

Een gewricht kan beschadigen door een sportongeval, verkeersongeval, of zelfs door een kleine verdraaiing. Dit kan bijvoorbeeld voorkomen in de schouder, enkel, elleboog, pols of knie.

Het voordeel van een kijkoperatie is dat het herstel meestal heel snel gaat. Vaak mag u het gewricht na de operatie meteen weer helemaal belasten. Volg hierbij altijd de adviezen van uw orthopedisch chirurg op.

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

Code ORP-080

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis