

Knieval in de speeltuin

Hoogmoed komt voor de val

Als huisarts had ik natuurlijk beter moeten weten. In de speeltuin laat ik mij door mijn kinderen opzweepen om van een klimfort af te springen met onder elke arm een kind geklemd. Bij de landing verlies ik mijn evenwicht en we storten ter aarde. In het jammerlijke gehuil dat losbarst vergeet ik mezelf. Pas 's avonds ontdek ik dat mijn knie dik is. Bij de mediale gewrichtsspleet zit een wegdrubbare zwelling die strakker gaat staan bij buigen, maar verder lijkt er niet veel aan de hand.

Dat wordt heel anders als ik een dag later neerhurk bij een patiënt met een voetklacht. Bij het omhoogkomen trekt een felle pijscheut door mijn knie die wel vastgeschroefd lijkt. Ik bijt op mijn lip om het niet in het oor van de patiënt uit te schreeuwen. Letterlijk en figuurlijk strompel ik het consult door en pas na een halfuur zakt de pijn. Nu pas besef ik dat mijn mediale meniscus flink beschadigd moet zijn en termen als 'sequestratie' en 'kijkoperatie' spoken plotseling door mijn hoofd.

Hinkelen en klauteren

Ik besluit voorlopig alles te ontkennen. Maar als ik 's avonds de trap oploopt, trekt de knie weer pijnlijk aan de handrem. De volgende dag betreed ik de praktijk met twee krukken. Hiermee gewapend loopt de praktijk beter dan ooit. Tegenover hun hinkelende huisarts blijken patiënten relativerender dan ik voor mogelijk hield. Een paar dagen gaat het redelijk, al blijft het lopen pijnlijk. Autorijden is spannend nadat het er bij het intrappen van de koppeling weer inschoot. Op een parkeerplaats ziet iemand mij moeizaam de auto in klauteren op weg naar een spoedvisite. 'Is dat wel verantwoord?', vraagt hij kritisch. Ik besef dat hij gelijk heeft, maar *the show must go on* in de huisartsenpraktijk.

In de molen

Drie weken later geef ik me gewonnen. Ik bezoek een orthopeed die als knie-expert bekend staat. Na een anamnese van tweenhalf volzin wijst hij gedeceideerd naar de

onderzoekbank. Ervaren handen tasten mijn knie af. 'Zal ik je maar direct op de agenda zetten voor volgende week?', vraagt hij zonder omwegen. Ik knik, onder de indruk van zoveel daadkracht.

Een week later word ik in een schamel operatiehemd de OK opgereden, waar een heel team zich op mij stort. Terwijl een flinke naald mijn linkerarm binnendringt, wordt koude jodium langs de wervelkolom gestreken. De anesthesist vraagt iets over wintersport terwijl hij toesteeft. Ik heb het gevoel van onderen in een onzichtbaar bad op te lossen en een golf van misselijkheid overspoelt me, maar ik hoor mezelf vriendelijk doorpraten. Dokters stellen zich niet aan; dat is meer voor patiënten.

De orthopeed is in een opperbest humeur, maakt enkele grappen en draait een beeldscherm voor mijn neus, zodat ik kan meekijken hoe drie pennen de gewrichtsholte binnendringen voor lucht, licht en knipwerk. Door mijn oogspalten zie ik een soort omgevallen aquarium, waarin de schaar als monsterlijke vis het sequester verschalkt en in een rode waas van bloed uit beeld verdwijnt. 'Het valt mee; ik haal maar een deel van de achterhoorn eruit', luidt de blijmoedige berichtgeving.

Lot- en echtgenoten

Voor ik het weet lig ik op de verkoeverkamer en in de loop van een eeuwigdurend uur keert het gevoel terug in mijn dode onderlijf. Terug op de afdeling, met een drukverband tegen nabloedingen, ligt in het bed naast mij een apotheker met ingepakte knie. 'Acht marathons', zegt hij. 'Eén klimrek', zeg ik. Na een tijdje doelloos liggen vatten we moed en halen onze kleren uit de kast. Het valt niet mee om na een ruggenprik je evenwicht te bewaren op één been, dus na enkele mislukte pogingen rusten we even uit op zijn bed, inmiddels ontdaan van ons OK-hemd. Dan verschijnt de hele familie van de apotheker met bloemen in de deuropening. Ik zie de ontzetting op de gezichten. 'Dit is niet wat het lijkt!', probeert de apotheker nog, maar voor een aantal van zijn dierbaren lijkt een wereld in te storten.

Complicatie

Een paar weken later ben ik terug op de poli, met een dikke knie. 'Pech gehad!', luidt het judicium. 'Een nabloeding; ik haal het wel even leeg.' Een enorme naald boort zich in het gewricht en in de helse pijn die dat oplevert begint de kamer om mij heen te tollen. Weer bij zinnen kijk ik in de prachtige ogen van een verpleegkundige die mij in een trendelenburgiaanse omhelzing gevangen houdt. Ik krijg een krabbeltje mee voor de huisarts: 'Status na sequestrotomie mediale achterhoorn en nettooyage. Sanguineus punctaat bij nacontrole.'

De knie blijft nog een maand dik en pijnlijk, maar voor geen goud ga ik terug naar de poli. Ten slotte bezoek ik een fysiotherapeut die me uitlegt hoe slecht al dat rusten is voor de quadriceps. De vastus medialis blijkt al bijna helemaal te zijn geatrofieerd.

Nooit meer voetballen?

Na een jaar trainen met gewichten, traplopen en fietsen kan ik weer redelijk normaal lopen. Traplopen blijft het moeilijkst en tikkertje doen met de kinderen durf ik nog niet, want ik ben steeds bang dat ik mijn knie zal verdraaien of onderuit zal gaan en dat we dan weer helemaal opnieuw kunnen beginnen. Laatst was ik even alles vergeten en stond ik met mijn beide zoons onder de armen op het schoolplein. Plotseling vraagt de een: 'Zullen we weer eens van een klimrek springen?' Zegt de ander: 'Nee, niet doen, anders breekt de rest van zijn knie ook af en dan kunnen we het voetballen verder wel vergeten!' Perfecter kan hij mijn angst niet verwoorden.

Dom dissimileren is één ding, maar een kijkoperatie is ook niet alles...

Eric Moll-Van Charante

H&W nodigt bij iedere nieuwe standaard een patiënt uit om over zijn ervaringen te vertellen.