

Richtlijn na correctie voet of teen

Inleiding

U heeft een operatieve behandeling ondergaan waarbij een correctie aan de stand van de grote teen of voet is verricht. Eventueel is een schroef of pennetje geplaatst.

De eerste dagen na de ingreep

Als u onder *algehele narcose* bent geweest adviseren wij u, de dag van de operatie en de dag erna: blijf thuis, rust veel, gebruik kleine licht verteerbare maaltijden, gebruik geen alcohol, rijd geen auto, motor of (brom)fiets en hanteer geen scherpe voorwerpen. Uw concentratie- en beoordelingsvermogen kunnen verminderd zijn na de narcose. Regelmatig komen keelpijn en spierpijn voor na de operatie. Dit is normaal en gaat meestal vanzelf over. Tevens kan het zijn dat u nog enige tijd na de operatie snel vermoeid bent.

Als u bent geholpen aan een hamerteen, kan het zijn dat u geen volledige narcose heeft gehad maar een *lokale verdoving*. Voor lokale verdoving gelden bovenstaande adviezen niet.

Pijn

Het is normaal dat u pijn heeft na de operatie. U kunt hiervoor paracetamol gebruiken, drie maal daags twee tabletten van 500 mg. Ook kunt u ibuprofen gebruiken, dit mag tweemaal per dag 400 mg.

Drukverband bij een hamerteen

Als u bent geholpen aan een hamerteen dan heeft u een drukverband gekregen dat u na 48 uur zelf mag verwijderen. U kunt gewoon douchen. De hechtingen lossen vanzelf op.

Gips bij een teen/voetcorrectie

Bij andere teen- of voetcorrecties heeft u na de operatie een *gipsspalk*. U mag de voet en de spalk niet belasten. Het is belangrijk dat u uw voet hoog houdt.

U kunt gewoon douchen, maar het is belangrijk dat het gips vooraf wordt afgedekt met een plastic hoes/zak.

Na ongeveer 5 dagen komt u op de gipskamer. U krijgt hiervoor een afspraak mee.

Op de gipskamer wordt de spalk verwijderd en vervangen door voorvoetgips met inbegrip van de grote teen (= *spica*).

Dit gips is afneembaar en mag u belasten met behulp van een *Scarf-schoen*. U gaat zelf vier maal per dag oefenen met alle gewrichten van de grote teen; buigen en strekken.

De eerste 6 weken draagt u de spica dag en nacht. Daarna alleen nog in de nacht, tot 3 maanden na de operatie.

Voordat u gaat douchen haalt u de spica en scarf schoen eerst van uw been af. Wij geven u hiervoor de volgende instructies:

- Loop naar de douche, ga op een kruk zitten, neem de schoen en de spica af en ga douchen.
- Droog af als normaal, doe de spica en de schoen aan.
- Ga op bank of bed zitten en doe de schoen en spica uit. U laat nu gedurende 10 minuten de huid uitwasemen. Dit om te voorkomen dat er vocht in het gips gaat zitten.
- Na deze periode doet u de spica en schoen weer aan.

Controle

U krijgt een controleafspraak mee voor op de Polikliniek Orthopedie (na ongeveer zes weken).

Wanneer contact opnemen met specialist

- als de pijn na een aantal dagen heviger wordt;
- bij temperatuur van meer dan 38,5 °C;
- als er een nabloeding optreedt.

Vragen en problemen

Als u na thuiskomst nog vragen heeft of onverwachte klachten krijgt, dan kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met de Polikliniek Orthopedie, telefoonnummer 020 - 755 7034. Voor vragen over de gipsspalk, scarf of spica kunt u contact opnemen met de gipskamer, 020 - 755 6115. Buiten kantooruren kunt u zich laten doorverbinden met het avond- of nachthoofd. Het telefoonnummer van het ziekenhuis is 020-7557000.

Aandachtspunten voor (verzorging) thuis

Volg de instructie van de verpleegkundige, de aangekruiste helpen als geheugensteun.

Lichamelijke activiteiten hervatten

- ◇ Normaal zoals gebruikelijk
- ◇ Mag lopen
- ◇ Licht belasten _____
- ◇ Niet sporten _____ gedurende: _____
- ◇ Douchen _____
- ◇ Bad _____

Extra (oefeningen) doen

- ◇ _____
- ◇ Beslist niet doen: _____

Werkzaamheden hervatten als u daartoe in staat bent

- ◇ Ja, u mag dit zelf bekijken
- ◇ Nee voorlopig niet _____ gedurende: _____
- ◇ Werkzaamheden aanpassen: _____

Voeding

- ◇ Normaal (licht verteerbaar)
- ◇ Zacht dieet: _____ gedurende: _____
- ◇ Vloeibaar: _____
- ◇ _____

Wondverzorging en behandeling

- ◇ Verband verwijderen na: _____
- ◇ _____
- ◇ _____

Innemen voorgeschreven pijnmedicatie

- ◇ Zoals voorgeschreven en aan u geïnformeerd
- ◇ Volgens meegegeven recept
- ◇ _____

Overige (eigen) medicatie

- ◇ N.v.t.
- ◇ Gewoon doorgaan en hervatten
- ◇ Aanpassen en/of extra medicatie _____

In de volgende situaties moet u contact opnemen met het ziekenhuis:

- Nabloeden
- Overmatig bloedverlies
- Bij temperatuur hoger dan 38,5 °C
- Bij niet te onderdrukken pijn
- Erge zwelling van het operatiegebied