

Stevige schoen bij voetletsel

U heeft letsel aan uw voet opgelopen en informatie gekregen over de behandeling. Op deze kaart kunt u alles nog eens nalezen.

Behandeling

- De behandeling van het letsel aan uw voet bestaat uit het dragen van een stevige schoen. Dit is een schoen waarvan de zool weinig flexibel is. Bij voorkeur een lage veterschoenen met een brede hak. Dit voorkomt dat u uw voet kunt afrollen. Het afrollen van uw voet geeft u namelijk de meeste pijnklachten.
- Om de pijn te onderdrukken mag u vier maal daags twee tabletten Paracetamol 500 mg innemen. Let op: deze dosering geldt alleen voor volwassenen en voor kinderen boven de 50 kg. Wij adviseren u de pijnmedicatie de eerste dagen maximaal in te nemen. Zo bouwt u een spiegel op in uw bloed waardoor de pijn beter onderdrukt blijft.

Advies

U mag gewoon op uw voet lopen. Belangrijk is om de enkel en knie van het aangedane been goed door te bewegen. Zorg ervoor dat u uw aangedane been hoog houdt wanneer u rust.

Controle

Het is niet nodig om op controle in het ziekenhuis te komen. Als u na een week nog steeds veel last heeft van uw voet, kunt u contact opnemen met uw eigen huisarts.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze kaart nog vragen dan mag u de eerste 48 uur na het ongeval contact opnemen met de polikliniek traumatologie, telefoonnummer: (040) 888 85 50.

Heeft u de eerste 48 uur, buiten kantoortijden, dringende vragen die niet kunnen wachten tot de volgende dag, dan kunt u contact opnemen met de spoedeisende hulp, telefoonnummer: (040) 888 88 11. Na 48 uur mag u contact opnemen met uw huisarts.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.