

Ontslagadviezen na kijkoperatie enkel of pols

- Als de behandeling onder narcose heeft plaatsgevonden, op de dag van de behandeling licht verteerbaar voedsel gebruiken. De volgende dag kunt u weer eten en drinken.
- De 3e dag mag het verband eraf en kunt u een pleister op de wondjes doen.
- Daarna mag u weer douchen.
- Niet baden of zwemmen gedurende 2 weken.
- Wij raden af om de eerste 24 uur auto te rijden.
- De controle afspraak staat binnen 3 werkdagen voor u klaar in het patiëntenportaal MijnMMC of de afspraak wordt u toegestuurd. Zo niet, belt u dan zelf even naar de poli orthopedie (040) 888 86 00.
- De eerste 3 dagen na de operatie gebruikt u de medicatie die u vanuit het ziekenhuis heeft meegekregen. Daarna mag u bij pijnklachten 3 tot 4 x daags 2 tabletten paracetamol à 500 mg innemen.

Arthroscopie enkel:

- Op de dag van de behandeling en de eerste dag daarna het geopereerde been rust geven, door zo min mogelijk te lopen en het been op zithoogte te leggen.
- Gedurende 2 dagen ijs op de enkel leggen om swelling tegen te gaan.
- U mag zo snel mogelijk beginnen met mobiliseren na de operatie. U mag zo nodig met één kruk lopen, maar dit hoeft niet.
- Als u geen pijn heeft en/of als de enkel niet gezwollen is, mag u het been tijdens het lopen belasten.

Arthroscopie pols:

- De operatiedag en de 2 volgende dagen de arm in een mitella houden. 's Avonds en 's nachts mag de mitella af (dan de arm op een kussen leggen).
- Zodra de pijn het toelaat, mag u de pols voorzichtig bewegen.
- U moet zo snel mogelijk na de operatie beginnen met de vingers te oefenen, bijvoorbeeld door regelmatig een vuist te maken.

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.

Neem contact op:

- bij toenemende pijnklachten die niet verminderen na het innemen van pijnstillers.
- bij temperatuur boven 38,5 °C.
- bij een hevig bloedende wond.
- bij toenemende roodheid en zwelling rondom de wondjes.

Heeft u vragen:

- **Op de dag van opname** kunt u tot 19.00 uur contact opnemen met de Dagbehandeling: (040) 888 9280.
- **Tussen 19.00 en 08.30 uur** kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp: (040) 888 8811.
- **Na de dag van opname** kunt u contact opnemen met de polikliniek: Orthopedie: (040) 888 86 00.