

Ontslagadviezen na haglundse exostose

- Als de behandeling onder narcose heeft plaatsgevonden is het raadzaam op de dag van de behandeling licht verteerbaar te eten. De volgende dag kunt u weer alles eten en drinken.
- De eerste 3 dagen legt u uw voet / been hoog. Leg een kussen onder het voeteneinde van het matras.
- De 1e week mag u het gips niet belasten;
- Na de 1e week krijgt u 5 weken loopgips. U mag hiermee dus lopen.
- Volg de folder 'Oefeningen en adviezen bij gips'.
- Douchen mag, maar het drukverband of gips mag niet nat worden.
- Met gips mag u niet autorijden. Voor autorijden zijn geen richtlijnen, u bent zelf verantwoordelijk.
- Niet baden of zwemmen gedurende 2 weken. Bij gips niet baden of zwemmen.
- Soms krijgt u antistolling mee. De verpleegkundige geeft u dan hierover uitleg.
- Bij pijnklachten mag u het gips eventueel openen/splijten. Let erop dat de voet in een stand van 90° blijft. Het gips geeft alleen rust en hoeft dus niet strak te zitten.
- 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

Neem contact op:

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

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.

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.