

Adviezen voor thuis na operatie aan been, enkel, voet, hand, arm of compartimentsyndroom

Mobiliseren van de arteria poplitea

- Als de behandeling onder narcose heeft plaatsgevonden, op de dag van de behandeling licht verteerbaar eten (kleine porties en geen vette producten). De volgende dag kunt u weer gewoon eten en drinken.
- U mag dagen niet douchen.
- Niet baden of zwemmen gedurende 10 dagen.
- Eventuele hechtingen worden verwijderd bij controle op de polikliniek.
- 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 4x daags 2 tabletten paracetamol à 500 mg innemen.

Bij compartimentsyndroom:

- Na 1-2 dagen mag u het drukverband zelf verwijderen.
- Daarna moet u 2 weken dag en nacht een dubbele tubigripp-kous om. Deze mag er even af als u wilt douchen.
- Vanwege het dragen van de tubigripp-kous wordt het afgeraden om auto te rijden.
- Het is belangrijk om zo snel mogelijk weer uw arm/been te bewegen. Het spierkapsel kan zo niet in z'n oorspronkelijke te krappe omvang dichtgroeien.
In rust het been / benen omhoog leggen, zodanig dat de hele kuit ondersteund wordt.
- Inspanning, zoals lange wandelingen en intensieve sporten, raden we de eerste 2 - 3 weken af. Dit mag u na de controle-afspraak, in overleg met de arts, hervatten.
- Bij **kuit compartiment** moet u regelmatig rusten met het been omhoog, maar zeker ook mobiliseren om trombose te voorkomen.
De chirurg heeft u instructies gegeven over het mobiliseren vlak voor de operatie.
- Voor meer informatie bekijk de folder die voor uw operatie is klaargezet in MijnMMC.

Bij ingreep been/enkel/voet:

- Het verband gedurende dagen laten zitten.
- Gedurende de eerste dagen rusten met uw been op zithoogte. Daarna mag u weer rustig gaan lopen.
- Niet sporten gedurende weken.

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 (mondelijke) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Bij ingreep hand/arm:

- Het verband gedurende dagen laten zitten.
- Gedurende de eerste dagen de hand/arm in een mitella houden.
- 's Avonds en 's nachts mag de mitella af, de hand/arm dan op een kussen leggen.
- Doe 2-3 keer per dag schouderoefeningen die u heeft gekregen bij de polikliniek, en beweeg de vingers.
- Hervat uw werkzaamheden in overleg met de behandelend arts.

.....

.....

.....

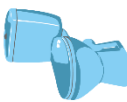
.....

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 Spoed Eisende Hulp: 040 - 888 8811.
- **Na de dag van opname** kunt u contact opnemen met de polikliniek: Chirurgie: 040 - 888 85 50.

Contact opnemen bij lichamelijke klachten na uw ontslag

Is de klacht **LEVENSBEDREIGEND**? Bel meteen **112**

Pijn? 	Koorts? 	Verstopping of diarree? 		Wond dik en rood? 	Bloedt of lekt de wond? 		Misselijk en overgeven? 
		Verstopping	Diarree		Bloedt de wond?	Lekt de wond?	
Neem pijnstilling in zoals deze is voorgeschreven.	Koorts is een normale reactie van het lichaam. Neem paracetamol. Zorg dat u genoeg drinkt en rust.	Zorg bij verstopping voor voldoende groente, fruit, bruin brood en beweging. Drink voldoende water.	Probeer bij diarree voldoende te blijven drinken en zetmeelrijke voeding te eten (zoals bananen en witte rijst). Neem op eigen initiatief geen stoppende medicatie in.	Teken de verkleuring af met stift. Controleer uw temperatuur. Koel de wond gedurende 15 minuten. Koel niet op de blote huid, maar plaats het ijs waarmee u koelt eerst in een handdoek.	Druk de wond stevig af gedurende 15 minuten. Gebruik schoon verband of een schone theedoek.	Helder wondvocht is een normale reactie. Gebruik extra verband (of koop dit bij uw apotheek) en verbind de wond opnieuw.	Probeer bij misselijkheid goed te blijven drinken. Verdeel de maaltijden over (nog) kleinere porties over de dag.
Als de pijn daarna niet afneemt, neem dan contact op.	Wordt u steeds zieker en/of stijgt uw temperatuur boven de 38,5 graden (rectaal of in het oor gemeten), neem dan contact op.	Is de verstopping niet binnen 2 dagen over, neem dan contact op tijdens kantooruren.	Als er tevens uitdrogingsverschijnselen optreden, zoals stoppen met plas-sen, futloosheid of een droge mond, neem dan contact op.	Als de roodheid rondom de wond gedurende de dag verder uitbreidt en/of als u koorts heeft, neem dan contact op.	Als de wond na 15 minuten afdrukken blijft bloeden of als er fors bloed-verlies is, neem dan contact op.	Pust de wond, is deze rood en warm, neem dan contact op.	Als u last heeft van aanhoudend overgeven en geen voeding kunt binnenhouden, neem dan contact op.

Klachten **binnen 48 uur** na uw ontslag? Bel dan:

- **Tijdens kantooruren tot 17.00 uur:** de polikliniek chirurgie via telefoonnummer (040) 888 85 50
- **'s Avonds en in de weekenden:** de spoedeisende hulp in Veldhoven via telefoonnummer (040) 888 88 11

Klachten **na 48 uur** na uw ontslag? Bel dan:

- **Op werkdagen tot 17.00 uur:** uw huisarts
- **Vanaf 17.00 uur en in het weekend:** de huisartsenpost in uw regio