

Orthopedie

Operatie aan de voet/enkel, informatie voor thuis

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

U bent geopereerd aan uw voet of enkel. In deze folder leest u de belangrijkste informatie om de eerste tijd (thuis) makkelijker te maken.

Wondverband

- ☐ U heeft een **drukverband** gekregen. Het advies is om het been zoveel mogelijk hoog te houden. Leg uw been wat hoger: de enkel hoger dan de knie, de knie hoger dan de heup. Zo ligt het been iets schuin omhoog.

Het drukverband moet droog blijven. U mag douchen, maar plak het verband dan af met een vuilniszak of met vershoud-folie.

U mag het verband verwijderen na dagen/na 1 week.
De controle-afspraken staat op de afsprakenkaart of in MijnAlrijne.

- ☐ U heeft **gips** gekregen. Het advies is om het been zoveel mogelijk hoog te houden. Leg uw been wat hoger: de enkel hoger dan de knie, de knie hoger dan de heup. Zo ligt het been iets schuin omhoog.

Het gips moet droog blijven. U mag douchen, maar zorg ervoor dat u het gips afdekt met bijvoorbeeld een plastic zak of vershoud-folie.

De controle-afspraken staat op de afsprakenkaart of in MijnAlrijne.

Medicijnen

Als u naar huis gaat, krijgt u een tasje met medicijnen en uitleg mee.
In deze folder staat een schema met pijnstilling. Wij hebben dit voor u ingevuld.

Heeft u niet genoeg medicijnen meegekregen? Vraag dan een herhaalrecept aan de orthoconsulent of de polikliniek Orthopedie.

Zorg ervoor dat u extra medicijnen heeft voor het weekend. Omdat apotheken buiten kantoortijden en in het weekend minder goed bereikbaar zijn, kan het dan lastig zijn om medicijnen te krijgen. (De Apotheek van Alrijne in Leiderdorp (hoofdhal) is in samenwerking met Apotheek de Limes 24 uur per dag geopend.)

Wat moet u doen bij problemen?

Neem direct contact op met de polikliniek Orthopedie als:

- de wond erg gaat bloeden;
- de huid rondom de wond/pleister warmer aanvoelt;
- de huid rond de wond dik wordt;
- de huid rond de wond rood wordt;
- uw pijn erger wordt of u gevoelloze tenen heeft door stuwing (bijvoorbeeld een te strak verband) na uitwerken van de ruggenprik en de pijnblokkade;
- u koorts krijgt na de operatie (temperatuur van 38.5 graden Celsius of hoger);

- u zich ziek, rillerig of griepig voelt;
- u heel veel pijn heeft ondanks de pijnstilling;

Bel bij deze problemen de polikliniek Orthopedie. Buiten kantoortijden belt u de afdeling Spoedeisende Hulp (SEH). De telefoonnummers staan bij 'Contact' aan het eind van deze folder.

Als u gips heeft gekregen

Neem contact op met de gipskamer als:

- het gips knelt, kapot gaat of pijn doet;
- uw gips nat is geworden;
- u hoge koorts krijgt (38.5 graden Celsius of hoger);
- de wond gaat bloeden;
- de huid rond de wond dik wordt;
- de huid rond de wond rood wordt;
- de tenen verkleuren, en bij geen of tintelend gevoel in de tenen;
- u opeens een pijnlijk en dik been krijgt, met een rode tot blauwachtige verkleuring.

Het telefoonnummer van de gipskamer vindt u verderop in deze folder.

Pijnstilling-schema

Hier hebben wij omcirkeld wat voor u geldt:

	4 x per dag	3 x per dag	2 x per dag	1 x per dag
Paracetamol 500 mg	2 tabletten			
Naproxen 250 mg of 500 mg		250 mg (1 tablet)	500 mg (1 tablet)	
Tramadol 50 mg		1 tablet	1 tablet	
Oxycodon kortwerkend 5 mg of 10 mg	5 mg (1 tablet), zo nodig	5 mg (1 tablet) of 10 mg (1 tablet)		
Oxycodon langwerkend 5 mg of 10 mg			5 mg (1 tablet) of 10 mg (1 tablet)	
Fraxiparine				1 x

*Neem de eerste week na de operatie de voorgeschreven pijnmedicatie in.
Wilt u minder medicatie gaan gebruiken? Lees dan de folder.*

Contact

Polikliniek Orthopedie

Voor vragen over uw opname, operatie, herstel en andere (dringende) zaken, kunt u contact opnemen met de orthoconsulent of met de polikliniek Orthopedie. Maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 12.00 uur en van 13.30 tot 15.30 uur. Telefoonnummer: 071 582 8059.

Gipskamer

De gipskamer is telefonisch bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 12.00 uur en 13.30 tot 15.30 uur. Telefoonnummer gipskamer: 071 582 8045

Heeft u last van uw gips of is het beschadigd? Dan kunt u op werkdagen terecht bij het inloospreekuur van Gipskamer Leiderdorp, van 08.00 tot 08.30 uur.

Spoedeisende Hulp

Buiten de gewone openingstijden van de polikliniek, inclusief weekenden en feestdagen, belt u de Spoedeisende Hulp, alleen bij medische noodgevallen.

Voor niet dringende vragen over uw operatie, opname en herstel, belt u de orthoconsulent of de polikliniek op de eerstvolgende werkdag. Zo blijft de Spoedeisende Hulp bereikbaar voor mensen die dringend hulp nodig hebben. Telefoonnummer SEH: 071 582 8905