Chirurgie

Adviezen na amputatie van een teen of (voor)voet

Contactgegevens ziekenhuizen van Alrijne

Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 582 8282

Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
071 582 8282

www.alrijne.nl

U heeft een grote operatie ondergaan en uw lichaam heeft tijd nodig om verder te herstellen. Deze folder informeert u over de herstelperiode na de ingreep. U vindt hierin adviezen die u kunnen helpen om het genezingsproces zo goed mogelijk te laten verlopen.

Algemeen

Vaak zult u de eerste tijd na de ingreep last houden van pijn. U mag pijnstilling innemen volgens afspraak.
Als u eenmaal thuis bent, is het voor uw herstel van belang dat u actief blijft, maar uzelf niet overbelast. Het is daarom belangrijk om goed te luisteren naar de signalen die uw lichaam geeft. Dan merkt u vanzelf wat u wel en niet kunt.

Wanneer kunt u weer naar huis?

- U kunt weer gewoon bewegen met of zonder loophulpmiddel (bijvoorbeeld een rollator of krukken). De arts adviseert u hoeveel u de voet mag gebruiken.
- Als u thuis een trap heeft, kunt u traplopen. Als u dit niet kunt, moet er beneden een bed voor u staan.
- U draagt een speciale schoen waardoor u minder last heeft van uw voet. Deze schoen krijgt u in het ziekenhuis.
- Als u zonder (thuis)zorg naar huis gaat, heeft u uitleg gekregen over de verzorging van de wond.

Wondverzorging

De operatiewond is afgedekt met een drukverband. Dit verband wordt na 24 uur verwijderd. Onder dit drukverband zit meestal een wond waarvoor extra wondverzorging nodig is. In de meeste gevallen bestaat de wondbehandeling uit het spoelen van de wond met lauw kraanwater. De behandelend arts of de wondverpleegkundige bepaalt welk verbandmateriaal wordt gebruikt. De verpleegkundige kan u hier meer uitleg over geven.
De wondmaterialen die u bij ontslag gebruikt, worden voor u besteld bij een medische speciaalzaak en bij u thuis afgeleverd. Als deze niet bij u thuis kunnen worden afgeleverd, kunt u een ander afleveradres doorgeven aan de verpleegkundige.

Na de ziekenhuisopname

Afhankelijk van uw situatie is het mogelijk dat u, na ontslag uit het ziekenhuis, gaat revalideren in een verzorgings- of verpleeghuis of een revalidatiecentrum. Vanuit het ziekenhuis wordt deze overplaatsing in overleg met u geregeld.
Wanneer u wel naar huis kunt, maar speciale thuishulp (gezinszorg of wijkverpleging) nodig is, wordt ook deze hulp vanuit het ziekenhuis geregeld.

Leefregels

- Lichamelijke verzorging: 24 uur na de operatie mag u weer douchen. De eerste week niet te lang en te heet douchen. Na het douchen de wond goed droogdeppen met een schone handdoek. De eerste twee weken na de operatie, of als de wonden nog niet helemaal dicht zijn, mag u niet zwemmen of in bad. De wond kan anders open weken en geïnfecteerd raken.

- Belasting: De arts vertelt u hoe u de voet mag belasten en hoelang u dit zo moet doen. Als u de voet mag gebruiken, probeer dan de voet niet te zwaar te belasten, zodat de wond goed de kans krijgt om te genezen.
- Schoeisel: Als het nodig is, krijgt u andere schoenen aangemeten, 'verbandschoenen' genoemd. Wij raden u aan geen gewone schoenen te dragen zodra u een podalux/verbandschoenen aangemeten heeft gekregen. Deze moet u blijven dragen tot de orthopedisch schoenmaker een definitieve schoen of aanpassing in uw eigen schoen heeft gemaakt.
- Leefstijl: Uit onderzoek is gebleken dat mensen die blijven roken meer kans hebben op het ontstaan van nieuwe vaatafsluitingen. Daarom adviseren wij u te stoppen met roken. Daarnaast is het belangrijk gezond te leven: zorg voor voldoende beweging en voorkom overgewicht.
- Voeding: Zorg voor een eiwit- en energieverrijkt dieet. De diëtiste geeft u hierover adviezen.
- Verkeer: U mag weer autorijden wanneer u zich daartoe in staat acht. In de eerste weken is uw reactievermogen verminderd. Houd daar rekening mee als u deelneemt aan het verkeer.

Pijn en pijnstilling

Na de operatie kunt u nog enige tijd pijn hebben. Heeft u naast paracetamol extra pijnstilling nodig, dan krijgt u een recept mee bij ontslag.

Na amputatie van één of meerdere tenen of van de voervoet kunt u last krijgen van fantoompijn. Dit is een gevoel van pijn afkomstig van een geamputeerd lichaamsdeel. Dit kan een tintelend, drukkend, warm of koud gevoel zijn. Wanneer u dit soort klachten heeft, bespreek dit dan met uw arts en/of verpleegkundige. Hier bestaat aparte pijnmedicatie voor, waardoor de pijnklachten kunnen verminderen.

Aanvullende adviezen voor patiënten met diabetes mellitus

Als u een amputatie van één of meerdere tenen of (voor)voet heeft ondergaan en bekend bent met diabetes mellitus, heeft u een grote kans dat er opnieuw een wond aan uw voet ontstaat. Het kan zijn dat u minder gevoel in de voeten heeft, en dat uw vaten door diabetes zijn aangetast, waardoor u niet in de gaten heeft dat er wonden en/of drukplekken ontstaan op uw voet.

Het is belangrijk om iedere één tot drie maanden uw voeten te laten controleren door een professional. Daarnaast is het belangrijk elk jaar een voetonderzoek te laten doen door de huisarts of internist.

Door bescherming van de voeten, kan het ontstaan van een wond worden voorkomen. Een aantal tips:
- Binnen en buiten niet op blote voeten, sokken of slippers lopen;
- Zorgen voor goed passende schoenen, aangemeten door een orthopedisch schoenmaker.

Om een verandering aan uw voet tijdig te ontdekken, is het belangrijk dagelijks uw voeten te controleren, te wassen en te verzorgen. Als u dit zelf niet kunt, vraag het dan aan familie/ mantelzorg of thuiszorg. Eventueel kunt u gebruik maken van een spiegeltje. Het is belangrijk de voet(en) te controleren op de volgende punten:
- afwijking in kleur en huid;
- wondjes, kloven, drukplekken en blauwe plekken;

- nagelafwijkingen en ingegroeide nagels;
- standafwijking van de tenen;
- schimmelinfecties.

Bij een droge huid is het belangrijk de voet(en) in te smeren met een koelzalf, lanettecrème of cetomacrogol. Let op: dit mag niet op wondjes of tussen de tenen gesmeerd worden. Na het wassen van de voeten, goed afdrogen tussen de tenen, zodat de huid niet verweekt.

Merkt u een afwijking tijdens de dagelijkse voetcontrole, neem dan contact op met uw arts.

Verder is het belangrijk uw bloedsuiker stabiel te houden. Volg hierbij het advies op van uw diabetesverpleegkundige, praktijkondersteuner of huisarts. Heeft u moeite met het opvolgen, vraag dan hulp van uw mantelzorger/familie.

Direct contact opnemen

Bij iedere operatie worden uitgebreide voorzorgsmaatregelen getroffen om de kans op complicaties zo klein mogelijk te houden. Als u toch problemen krijgt die te maken hebben met de ingreep of behandeling in het ziekenhuis, kunt u dag en nacht contact opnemen met het ziekenhuis.

Neemt u de eerste 30 dagen na de operatie direct contact op als:

- u koorts heeft boven 38.5º C;
- het wondgebied rood, warm en opgezwollen wordt, vies ruikt en als u meer pijn krijgt, en/of als er meer vocht uit de wond komt;
- u plotseling toenemend kortademig wordt;
- u last krijgt van hevige pijnklachten;
- u last heeft van fantoompijn;
- u flink misselijk wordt;
- uw been rood, dik, gezwollen en/of pijnlijk wordt (dit kan wijzen op een verstopping van de diepe afvoerende aderen door gestold bloed: trombose).

Meer informatie

Wellicht heeft u behoefte aan meer informatie en lotgenotencontact. De landelijke vereniging van geamputeerden (LVvG) biedt lotgenotencontact en informatie over het leven na een amputatie.
Adres: Koningin Julianalaan 23, 3832 BA Leusden
Telefoon: 0900-5333662; internet: www.lvvg.nl; e-mail: lotgenoten@lvvg.nl.

Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.
Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan uw arts of aan de verpleegkundige van de afdeling.
Bent u van mening dat in deze folder bepaalde informatie ontbreekt of onduidelijk is, dan vernemen wij dat graag.

De polikliniek Chirurgie is van maandag tot en met vrijdag tussen 08.30 en 12.00 uur en tussen 13.30 en 15.30 uur telefonisch te bereiken via 071 582 8045.

De polikliniek Chirurgie van Alrijne Ziekenhuis Leiden heeft routenummer 40.
De polikliniek Chirurgie van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp heeft routenummer 85.
De polikliniek Chirurgie van Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn heeft routenummer 33.

U kunt voor vragen met betrekking tot de wond contact opnemen met het Wondcentrum op maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 16.30:

Wondcentrum, locatie Leiden:Tel: 071 517 8031
Wondcentrum, locatie Leiderdorp: Tel: 071 582 8092
Wondcentrum, locatie Alphen a/d Rijn:Tel: 071 582 8905

De Spoedeisende Hulp (SEH) van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is bij een spoedeisende zorgvraag buiten kantoortijden telefonisch te bereiken via 071 582 8905.
Tijdens kantooruren staan de medewerkers van onze polikliniek u graag te woord.

Foldernummer 05.102, 08_25