

Richtlijnen na een operatie aan arm of been

Inleiding

De eerste dagen na de operatie zult u enige pijn hebben aan de wond. Hieronder volgen enkele richtlijnen voor mensen die geopereerd zijn aan arm of been (verwijderen platen, schroeven of pennen). Dit is een zeer algemene tekst. Afhankelijk van uw situatie kunnen de adviezen gegeven door uw arts afwijken van de adviezen in deze folder.

Wondbehandeling

Drukverbanden kunnen na 24 uur worden verwijderd (douchen mag dan weer), tenzij door de chirurg uitdrukkelijk wordt aangegeven, dat het verband langer moet blijven zitten (dan wachten met douchen tot verwijderen drukverband). Na het douchen voorzichtig afdrogen en een schone pleister gebruiken. Als de wond droog is, hoeft er geen pleister op. Bij een uitgebreide bloeditstorting kan arnicazalf of een vette huidcreme (verkrijgbaar bij de drogist) helpen.

Eerste week

De geopereerde arm of been moet afhankelijk van de ingreep rusten. Op geleide van de pijn kunnen de belasting en de activiteiten worden uitgebreid. Zo nodig kan de arm of het been meer rust gegeven worden en hoog worden gehouden (bv mitella, been op kussen). Traplopen en het uitbreiden van de loopafstand kan op geleide van de klachten

Na 1 week

In de regel kan na wondgenezing (7 tot 14 dagen) het normale leefpatroon worden hervat. Ook het normale gebruik van een geopereerde arm of been in zeven tot veertien dagen nastreven. Voor autorijden geldt dat het normale gebruik van armen en benen moet zijn hersteld voordat u weer mag rijden. Na het verwijderen van osteosynthesemateriaal (platen en/of schroeven) kunnen specifieke adviezen van de specialist zijn gegeven met betrekking tot zware belasting en sporthervatting.

Als de enkel dik blijft (operatie oedeem) kan een elastische kous gebruikt worden (op medische indicatie verkrijgbaar bij de apotheek). In de regel is dit oedeem na enkele weken verdwenen. Is het geopereerde been erg pijnlijk dan kan ontlasten met elleboogkrukken gedurende enkele weken nuttig zijn. Belangrijk is telkens opnieuw te gaan belasten en de gewrichten regelmatig in warm water te oefenen.

Algemeen

In het algemeen geldt dat u er rekening mee moet houden dat u vooral de eerste dagen na de ingreep rust moet houden; u heeft tenslotte een operatie ondergaan. Het kan zijn dat u nog enige tijd misselijk bent als gevolg van de narcose. Op de dag van de ingreep (na de operatie) kunt u het beste veel drinken (koude dranken) en dit later op de dag uitbreiden naar vloeibaar (bouillon) en licht vast voedsel.

De volgende dag mag u gewoon eten. Als u echter nog misselijk bent, dan moet u vloeibaar blijven eten tot de misselijkheid weg is.

De eerste 24 uur na de operatie kunt u bij problemen contact met ons opnemen. De afdeling Dagbehandeling is bereikbaar tot 17.00 uur op telefoonnummer **(079) 346 25 47**.

Van 17.00 tot 7.30 uur kunt contact opnemen met Spoedeisende hulp, telefoonnummer **(079) 346 26 26**.

Indien u op vrijdag geopereerd bent, kunt u tot 17.00 uur met de Dagbehandeling contact opnemen, daarna tot 24 uur na de operatie met de Spoedeisende hulp.

Wij stellen uw mening op prijs. Heeft u opmerkingen of suggesties over deze folder of over uw behandeling, laat dit ons dan weten.

© HagaZiekenhuis Zoetermeer

P00.053