

Leefregels en instructies na behandeling van exostose voet ganglion voet verwijderen platen/schroeven/pennen

U bent opgenomen geweest op de afdeling dagbehandeling van het Gemini Ziekenhuis, waar u een behandeling heeft ondergaan. Om het herstel na de behandeling te bespoedigen, is het belangrijk dat u weet wat u te wachten staat als u weer thuis komt. Hierna worden de algemene en ingreep afhankelijke leefregels en instructies benoemd.

Algemene leefregels en instructies

- Het is belangrijk dat u na de behandeling voldoende rust neemt (24-48 uur).
- U mag alles weer eten.
- Indien u onder algehele narcose bent geholpen, moet u er rekening mee houden dat deze narcose pas na 24 uur volledig is uitgewerkt, daarom de volgende instructies:
 - U mag niet zelfstandig aan het verkeer deelnemen. U heeft dus begeleiding nodig, ook als u wilt fietsen, lopen of met het openbaar vervoer wilt gaan.
 - U mag geen mechanische of elektrische apparaten bedienen (ook niet in de keuken).
 - Neem geen belangrijke beslissingen.
- Na de behandeling mag u gewoon uw dagelijkse werkzaamheden hervatten.
- Na de behandeling is er altijd een kans dat er een complicatie optreedt; zie folder dagbehandeling. Het is belangrijk dat u de eerste nacht **niet alleen** thuis bent!

Ingreep afhankelijk leefregels en instructies

- U kunt het drukverband/windsel verwijderen na:
O 1 dag O 2 dagen
- Indien van toepassing heeft u instructies gekregen over lopen met krukken.
- Belangrijk is het been de eerste 48 uur bij het zitten hoog te leggen, bijvoorbeeld op een stoel.
- U kunt de eerste 48 uur douchen met een douchehoes, daarna is douchen toegestaan.
- U laat uw pleister 48 uur zitten, daarna mag u deze verschonen en kunt u de wond deppen met betadine.
- Het is beter om enkele weken niet te sporten.

Adviezen voor pijnbestrijding

U kunt bij pijn zo nodig 3 maal daags 1000 mg Paracetamol gebruiken. Maximaal 7 dagen.

Als dat niet voldoende is kunt u:

- 2 maal daags 500 mg Naproxen gebruiken, maximaal 4 dagen
- óf**
- 3 maal daags 400 mg Ibuprofen gebruiken, maximaal 4 dagen.

Vragen?

Bij vragen en/of problemen kunt u de eerste avond en nacht via de centrale contact opnemen met de afdeling Spoedeisende Hulp, telefoon (0223) 69 69 69.

Hierna kunt u bij vragen en/of problemen tijdens kantooruren contact opnemen met polikliniek Chirurgie, telefoon (0223) 69 62 37.