



*St. Anna Ziekenhuis*



## **Leefregels na een kijkoperatie of operatie in de enkel of voet**

| bijzonder betrokken |

---

## **Leefregels na een kijkoperatie of operatie in de enkel of voet**

- U heeft een drukverband om uw enkel of voet. Zolang het drukverband om de enkel of voet zit, zo min mogelijk lopen. Gebruik eventueel een paar dagen krukken ter ondersteuning.
- De eerste 2 à 3 dagen moet u zo veel mogelijk rust houden. Het been gelijkmatig ondersteund, hoog leggen als u gaat zitten. Hierbij uw voet hoger leggen dan de heup. Na deze dagen kunt u langzaam aan weer gaan lopen, op geleide van de pijn. Dat wil zeggen dat u geen pijn mag voelen.
- Het drukverband om uw enkel of voet mag u na 2 à 3 dagen verwijderen, tenzij de arts het anders heeft aangegeven. Daarna mag u douchen. Tijdens het douchen het gaasje/pleisters verwijderen. De wond schoonspoelen met schoon water, zodat er geen zeepresten achterblijven.  
De wond(jes) droogdeppen met een schone, droge handdoek. De wond(jes) daarna afdekken met een eilandpleister. Iedere 48 uur de pleisters vervangen totdat de wond(jes) droog zijn. De eerste 2 weken niet in bad of zwemmen. Dit maakt de wond(jes) week, waardoor ze minder goed genezen.
- Indien nodig ontvangt u van de verpleegkundige van de dagbehandeling een elastische kous. Deze kous draagt u alleen overdag. 's Nachts mag de kous af.
- Heeft u een kijkoperatie in uw enkel gehad, dan de eerste 24 uur de enkel zo min mogelijk buigen. Aangeraden wordt om 2 à 3 dagen met krukken te lopen.
- Baden en douchen mag als het verband maar droog blijft.

- 
- Bij ontslag krijgt u ter bescherming een blauw hoesje om uw voet. U moet dit hoesje thuis weer af doen. Dit om te voorkomen dat een minder goede wondgenezing plaatsvindt door transpiratie.

### **Controle-afspraak**

Voor controle is reeds een afspraak met u gemaakt. Zie hiervoor uw afsprakenkaartje.

### **Wat te doen bij vragen of problemen**

Mochten er zich problemen voordoen, dan kunt u altijd bellen:

#### **Dagelijks:**

8.30 - 17.00 uur :	<b>polikliniek chirurgie</b>	<b>040 - 286 4872</b>
	<b>polikliniek orthopedie</b>	<b>040 - 286 4864</b>
Na 17.00 uur :	<b>S.E.H. (spoedeisende hulp)</b>	<b>040 - 286 4834</b>

#### **Op de dag van de ingreep:**

Orthopedisch centrum	<b>040 - 286 4840</b>
Afdeling heekunde	<b>040 - 286 4843</b>

**St. Anna Ziekenhuis**

**locatie Geldrop**

Bogardeind 2  
5664 EH Geldrop

**locatie Eindhoven**

Antoon Coolenlaan 1-03  
5644 RX Eindhoven

T 040 - 286 4040

[www.st-anna.nl](http://www.st-anna.nl)

**CHI037  
06-20**