

## Adviezen bij orthopedische ingrepen met overnachting

U werkt thuis aan uw herstel. Wij helpen u daarbij met deze instructies en adviezen.

### Wondverzorging

- Na een voorste kruisband reconstructie: verwijder het verband na 48 uur, verschoon de pleisters. Steristrips of zwaluwstaartjes (indien aanwezig) kunt u laten zitten.
- Na een schouderoperatie (open neerplastiek of een AC resectie): verwijder de pleister na 48 uur, verschoon de pleister als de wond nog nalekt. Steristrips of zwaluwstaartjes (indien aanwezig) kunt u laten zitten.
- Na een kijkoperatie (scopie) van de schouder: verschoon de pleisters na 48 uur. Steristrips of zwaluwstaartjes (indien aanwezig) kunt u laten zitten.
- Na een voetcorrectie: behandeling volgens afspraak met de arts. Gips (indien aanwezig) wordt gecontroleerd tijdens de policonrole op de gipskamer.
- Na overige ingrepen: verwijder het drukverband (indien aanwezig) na 48 uur, verschoon de pleisters.

De operatiewond(jes) kunnen wat nalekken. Zolang de wond(jes) lekken, kunt u deze met een pleister afplakken. Als de wond(jes) droog zijn kunt u douchen.

### Hechtingen

Heeft u hechtingen? Indien de hechtingen niet vanzelf oplossen worden deze op de polikliniek verwijderd.

### Pijnbestrijding

- Paracetamol 4 keer daags 2 tabletten van 500mg.
- Arcoxia 1 keer daags 1 tablet van 60mg / 90mg / 120mg gedurende ... dagen.
- Anders namelijk:

### Mobilisatie

U heeft instructies gekregen van de fysiotherapeut in het ziekenhuis. Tijdens de nacontrole op de polikliniek bespreekt u met ons of fysiotherapie na uw opname nodig is voor uw herstel.

### Complicaties

Na een operatie is er altijd een kans dat er een complicatie optreedt. Neem contact op met de polikliniek orthopedie als u zich zorgen maakt over:

- Extreme toename van pijnklachten
- Temp > 38,5 of hoger
- Extreme zwelling en/of roodheid van het wondgebied
- Extreem veel bloedverlies

Bij complicaties in de avonduren of in het weekend neemt u eerst contact op met de dienstdoende huisarts.

### Werkhervatting en sport

Pas uw activiteiten aan zolang u nog pijn voelt. Als u geen pijn meer heeft, kunt u weer werken en sporten.

### Nacontrole op de polikliniek

Ongeveer 14 dagen na de operatie komt u voor de nacontrole op de polikliniek orthopedie. Tijdens de nacontrole adviseren wij u over het herstel na de operatie. Stel gerust vragen, zoals: Wat mag ik thuis wel en niet doen? Wanneer mag ik weer werken?

### Afspraak polikliniek orthopedie

Dag:

Datum:

Tijd:

1. Dr. M.F. van Trommel
2. C.M. Fortanier
3. Dr. L.A. Lisowski
4. E.W. ter Keurs
5. Orthopedisch verpleegkundige

### Notities

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



### Bent u verhinderd?

Heeft u een belangrijke reden waarom u niet kunt komen op uw afspraak? Neem contact op met de polikliniek. Bel zo snel mogelijk, maar uiterlijk 24 uur voor uw afspraak. Anders brengen wij u helaas een wegblijftarief in rekening. Kijk op onze website voor het actuele tarief.

### Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Neem contact op met de polikliniek orthopedie of de orthopedisch verpleegkundige (telefonisch of via [orthopedie@bovenij.nl](mailto:orthopedie@bovenij.nl)). U kunt ook uw huisarts bellen of onze website raadplegen.

### Telefoonnummers:

Polikliniek orthopedie	020 - 6346556
Spreekuur orthopedisch verpleegkundige	020 - 6346837
Polikliniek revalidatie en herstel	020 - 6346157
Verpleegafdeling orthopedie	020 - 6346436
Gipskamer	020 - 6346195
Spoedeisende hulp	020 - 6346200

### Adres BovenIJ ziekenhuis

#### Bezoekadres

Statenjachtstraat 1  
1034 CS Amsterdam

#### Postadres

Postbus 37610  
1030 BD Amsterdam