

Indien u nog vragen hebt of indien er zich thuis problemen voordoen, aarzel dan niet om contact op te nemen met uw behandelende arts, de verpleegkundigen van het chirurgisch dagziekenhuis of uw huisarts.

Wij wensen u een spoedig herstel!

**Voor meer info raadpleeg:**

**Chirurgisch dagziekenhuis**

**Afdeling D0**

**T 055 33 67 00**

**E [verpleegpost.d0@azoudenaarde.be](mailto:verpleegpost.d0@azoudenaarde.be)**

## **ARTROSCOPIE SCHOUDER**

**INFORMATIEBROCHURE  
BIJ ONTSLAG**

- Patiëntinformatie -

AZO/CDZH/155  
V1.0

AZ OUDENAARDE  
VZW



**AZ OUDENAARDE VZW**

Minderbroedersstraat 3 | 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 | Fax 055 33 66 95

[info@azoudenaarde.be](mailto:info@azoudenaarde.be)

[www.azoudenaarde.be](http://www.azoudenaarde.be)

AZ OUDENAARDE  
VZW



| [WWW.AZOUDENAARDE.BE](http://WWW.AZOUDENAARDE.BE) |

Geachte mevrouw, mijnheer,

Graag geven wij u enkele tips en raadgevingen mee die bijdragen tot een spoedig herstel na een kijkoperatie van de schouder.

## MOBILISATIE VAN DE SCHOUDER

Om de schouder te mobiliseren mag het adductie verband of sling afgenomen worden tijdens de oefeningen.

Mobiliseer de vingers door deze te spreiden en te sluiten. U kan ook de hand tot een vuist maken en terug openen.

Mobiliseer de pols door deze naar voor en naar achter te kantelen.



Mobiliseer de elleboog door deze te buigen en te strekken.



Breng uw schouders naar omhoog en terug naar beneden en ontspan.



Draai uw schouders achterwaarts.



Buig een beetje voorover en zoek steun met het niet geopereerde lidmaat op de tafel. Breng uw lichaam naar voor en pendel met uw arm in wijzerzin en in tegenwijzerzin

Doe deze oefeningen ten minste 3 x per dag

## MEDICATIE

### Paracetamol 1 gr

Indicatie: bij pijn  
Frequentie: 4 x per dag (om de 6u).

### Dolzam 50 mg

Indicatie: bij doorbraakpijn, indien Paracetamol niet volstaat.  
Frequentie: maximum 3 x 2 per dag.

### IJs op de schouder

Indicatie: tegen zwelling van de schouder.  
Leg het ijs nooit onverpakt rechtstreeks op de schouder!  
Frequentie: meermaals per dag.

## WONDVERZORGING

Na 2 dagen mag het initieel dik verband door de huisarts of de thuisverpleegkundige worden vervangen door waterdichte klevers geschikt om te douchen.  
Er hoeven geen hechtingen te worden verwijderd aangezien de wonde inwendig is gehecht en deze draadjes vanzelf verteren.

## ETEN EN DRINKEN

Volgens de richtlijnen van de anesthesist:

- mag u iets drinken vanaf: .....u .....
- mag u een licht verteerbare maaltijd eten vanaf: .....u .....

U mag geen alcohol nuttigen tot de dag na de ingreep.

## COMPLICATIES

Neem contact op met uw behandelende arts of huisarts indien u last krijgt van:

- abnormale pijn
- roodheid
- een warm aanvoelende en sterk gezwollen schouder
- koorts

Deze complicaties komen zelden voor.

## CONTROLE

Tel secretariaat orthopedie: 055/33.67.45

Dokter .....

verwacht u

op ...../...../..... om ..... u .....