

Voor meer info raadpleeg:

**Dr. Gilles Thuysbaert**

Orthopedie – Enkel- en voetchirurgie

055 33 67 45

✉ orthopedie.secretariaat@azoudenaarde.be

Heb je nog vragen  
of opmerkingen  
over deze brochure?  
We houden graag  
rekening met  
jouw suggesties!

## AZ Oudenaarde vzw

Minderbroedersstraat 3, 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 - F 055 33 66 95

info@azoudenaarde.be

www.azoudenaarde.be

AZ OUDENAARDE  
VZW



AZO/ORT/493

Laatst aangepast op 30/03/2023

V.U.: AZ Oudenaarde

Orthopedie

Voet- en  
enkelchirurgie



## INSTRUCTIES NA VOORVOETCHIRURGIE

## Informatie voor patiënten

AZ OUDENAARDE  
VZW



www.azoudenaarde.be

Volg ons op



Aan de hand van deze brochure willen we je zo goed mogelijk informeren over het verloop na de ingreep aan jouw voet.

De ingreep gebeurde onder algemene narcose, gecombineerd met een lokaal pijnblok dat voor of tijdens de ingreep in het been werd geplaatst. Dit pijnblok heeft een gunstig effect op de pijn na de operatie.

Het pijnblok werkt gemiddeld 24 uur. Soms werkt het korter of onvolledig en soms kan het 3 dagen duren vooraleer het blok volledig is uitgewerkt.

Het uitwerken van het pijnblok gaat gepaard met tintelingen. Zolang de voet verdoofd is, moet je goed opletten dat de voet omhoog ligt. Is dat niet het geval, dan kan er zwelling en mogelijks pijn ontstaan bij het uitwerken van de verdoving.

Na het uitwerken van het blok wordt de pijn voornamelijk bepaald door zwelling. Het is dus essentieel om zwelling in de postoperatieve fase te vermijden. Dit kan je op de volgende twee manieren doen:

## HOOGSTAND VAN HET BEEN

- Minimaal bekkenhoogte, de eerste dagen best kussen onder kuit/voet.
- Afhangen van de voet is toegestaan voor noodzakelijke verplaatsingen zoals toiletbezoek, naar de tafel of het bed stappen... Liefst niet langer dan 5 minuten.

- Afhankelijk van het type operatie hebben wij krukken geadviseerd om de druk te verdelen en niet om te hinkelen. Wanneer je de voet gebruikt, gebruik je ook de spierpomp waardoor er minder zwelling optreedt dan bij afhangen van het been.
- Als je stapt is het de bedoeling dat je de voet normaal op de grond plaatst. Je stapt niet op de hiel of op de zijkant, en steeds met een speciale schoen die je gekregen hebt na de operatie.
- Heb je een noodzakelijke verplaatsing gemaakt, dan breng je het been terug in hoogstand en gebruik je de spierpomp: goed met de enkel op en neer bewegen.

## BEWEGEN VAN ENKEL EN VOET

- Veel patiënten vrezen dat bewegen pijn doet, maar zeker bij dit type chirurgie werkt bewegen pijnstillend.
- De belangrijkste beweging is het op en neer bewegen met de enkel, waardoor het bloed niet in de voet blijft staan, maar omhoog gestuwd wordt door de spierpomp in de kuit.

Heb je ondanks deze maatregelen toch te veel pijn (wat niet abnormaal is de eerste 3 tot 5 dagen na de operatie), dan wordt er geadviseerd om paracetamol in te nemen, met een maximum van 3 gram/dag.

Indien nodig mag je de eerste 3 tot 5 dagen ook een ontstekingsremmer innemen. Uiteraard enkel indien er geen contra-indicaties zijn

(maaglast, diabetes, gebruik van bloedverdunders, nierfalen,...).

## HET VERBAND

Zelfs wanneer je bovenstaande richtlijnen goed opvolgt, kan het zijn dat het verband doorbloed is. Meestal gebeurt dit wanneer je de voet hebt laten afhangen. Dit is normaal en heeft geen effect op het resultaat.

De taping mag absoluut niet verwijderd worden. Doe je dit toch, dan:

- neemt de bloeding toe.
- is de steriliteit doorbroken, waardoor er meer kans op infectie is.
- wordt de stabiliteit minder, waardoor er kans is op meer pijn en op een slechter resultaat.

Het best leg je de voet nog iets hoger en breng je, indien nodig, een losse windel aan bovenop de taping.

Indien de bloeding niet verbetert met hoogstand of er blijft bloed verschijnen na 3 dagen of indien het gestolde bloed hinderlijk wordt, dan neem je het best contact op.

Indien het verband schuurt of te los komt te zitten, dan neem je ook contact op. De huisarts mag het verband niet zelf verwijderen.

Heb je na het lezen en opvolgen van deze adviezen veel pijn of ben je ongerust over het postoperatieve verloop, dan neem je contact op met onze dienst.