

**Clientinformatie**  
Tarsal Boss voet



**Contactgegevens:**

Bergmanclinics Bewegen Breda

Takkebijsters 5A

4817 BL Breda

t: 088 9000 500

email: [bewegen.breda@bergmanclinics.nl](mailto:bewegen.breda@bergmanclinics.nl)



---

# Inhoudsopgave

## Vorbereiden op de operatie

- Vooraf regelen
- Roken
- Eten en drinken
- Medicijnen
- Meebrengen naar de kliniek

## De operatiedag

- Melden
- Vorbereidingskamer
- Uitslaapkamer
- Recepten
- Dagverpleging
- Ophalen

## U bent weer thuis

- Wondverzorging
- Nacontrole/ contactmomenten
- Direct telefonisch contact opnemen
- Complicaties
- Veel gestelde vragen

## Fysiotherapie

- Starten met fysiotherapie
- Belasten/ koelen/ pijn
- Traplopen
- Oefeningen
  
- Uw vragen en aantekeningen

## Voorbereiden op de operatie

Uw behandelend specialist en anesthesioloog hebben uw medische situatie beoordeeld. Indien er **veranderingen in uw gezondheidstoestand** plaatsvinden vernemen wij dat graag zo spoedig mogelijk. Neem daarvoor contact op met de kliniek Breda.

## Vooraf regelen

In de periode na de operatie heeft u mogelijk meer hulp nodig dan anders. Boodschappen doen, koken of huishoudelijke klussen zijn deze periode lastig. Zorg ervoor dat u hier tijdig iets voor regelt. Hulpmiddelen zoals krukken, een douchestoel kunt u lenen, huren of kopen bij thuiszorgwinkels.

## Roken

Roken is nadelig voor de wondgenezing en verhoogt het risico op o.a. een infectie. Probeer om deze reden zo snel mogelijk te stoppen met roken. Wij adviseren u minstens 6 weken voor de operatie te stoppen met roken. Dit doet u voor uzelf, om de kans op schade aan uw gezondheid te beperken en het resultaat van de operatie te verbeteren.

## Eten en drinken

U kunt alleen geopereerd worden als u nuchter bent. Nuchter zijn betekent dat uw maag leeg is, door een bepaalde tijd voor de operatie niet te eten en/of drinken.

Vanaf 6 uur voor opnametijd mag u niet meer eten. Tot 2 uur voor de opnametijd mag u alleen nog water, thee of koffie zonder melk (eventueel met suiker) drinken. U mag **geen** melkproducten, sappen, koolzuurhoudende dranken, kauwgom of pepermunt nuttigen.

## Medicijnen

Tijdens de preoperatieve screening (POS) is met u besproken welke medicijnen u voor de operatie moet stoppen en welke medicijnen u mag blijven gebruiken. De medicatie die u normaliter gebruikt kunt u, op de ochtend van de operatie wel innemen met een klein slokje water. Neem op de dag van de operatie uw medicijnen in de originele verpakking mee naar de kliniek.

## Meebrengen naar de kliniek

- Makkelijk zittende kleding
- Stevige schoenen die makkelijk te openen en te sluiten zijn
- Telefoon
- Elleboogkrukken (liefst met gesloten manchet)
- Indien van toepassing: bril, lenzen, gehoorapparaat

Laat waardevolle spullen thuis!

## De operatiedag

**Uiterlijk 1 dag voor de operatie** ontvangt u van ons een bericht waarin we de opnametijd vermelden.

Op de dag van de operatie meld u zich op de afgesproken tijd bij de balie aan de hoofdingang.

De anesthesiemedewerker komt naar u toe, meet de temperatuur en neemt nog wat vragen met u door. U wordt begeleid naar de omkleedruimte, hier krijgt u een operatiejasje aan, een mutsje en overschoentjes.

## Vorbereidingsruimte

Op de voorbereidingskamer wordt u aangesloten aan de monitor (hartritme, bloeddruk en zuurstofgehalte wordt gemeten. U krijgt een infuus geprikt om de volgende medicatie al toe te dienen: paracetamol en antibiotica (zo nodig).

(Indien u kiest voor een ruggenprik wordt dat ook hier gedaan, daarna wordt u naar de operatiekamer gereden waar eventueel nog een roesje gaat/ kan krijgen.)

Hierna wordt u naar de operatiekamer gereden waar u door de anesthesist in slaap wordt gebracht. De operatie duurt ongeveer 1 uur.

## Uitslaapkamer

Na de operatie wordt u naar de uitslaapkamer gebracht waar u weer wakker wordt. Hier zullen we u ongeveer 1 uur observeren (hartritme, bloeddruk, zuurstof, pijnbeleving, misselijkheid).

**U mag zelf naar huis bellen** (dit doen wij niet automatisch)

Als alles stabiel is gaat u naar de dagbehandeling

## Recepten

Uw recept voor uw medicatie word gestuurd naar uw eigen apotheek op de dag van de operatie. In een enkel geval is het niet mogelijk uw recept elektronisch te versturen. U krijgt dan uw recept op papier mee naar huis.

**De recepten worden NIET vooraf geschreven en of verstuurd.**

Op de dagbehandeling krijgt u een medicatie overzicht mee naar huis.

De verpleegkundige zal u laten weten of de recepten zijn verstuurd naar uw apotheek. Indien dit gelukt is kunt u deze alvast door iemand laten ophalen.

## Dagverpleging

Op de dagbehandeling krijgt u eten en drinken. De fysiotherapeut komt bij u langs en neemt met u het operatieverslag door. Ook neemt hij/zij de oefeningen uit het protocol door. Tevens gaat de fysiotherapeut met u lopen.

De verpleegkundige geeft u uitleg over het medicatie overzicht, wondverzorging en de noodnummers.

## Ophalen

Indien u hebt kunnen lopen (en urineren bij een ruggenprik), u alle uitleg van de verpleegkundige heeft gehad, de pijn acceptabel is en de laatste controles stabiel zijn, kunt u opgehaald worden.

(Dit kan aan de zijkant van het gebouw, laatste deur waar dagverpleging op staat)

## U bent weer thuis

### Wondverzorging

Het verband blijft 2 weken om uw voet zitten. Het word op een speciale manier ingezwachteld om de tenen. Dit verband mag u er thuis **niet** afhalen. Zij er problemen met het verband of met uw wond neem dan contact met ons op.

Nadien:

U dient de operatiewond minimaal 3 maanden te beschermen tegen Uv-licht.

### Nacontrole/ contactmomenten

De eerstvolgende werkdag nadat u de kliniek verlaten heeft belt de verpleegkundige u op om te vragen hoe het met u gaat. Heeft u op een ander moment vragen aan de verpleegkundige? Stuur een e-mail naar: [verpleegkundigspreekuur.bbr@bergmanclinics.nl](mailto:verpleegkundigspreekuur.bbr@bergmanclinics.nl) De verpleegkundige streeft ernaar

binnen een werkdag te reageren.

## Direct telefonisch contact opnemen

Voor **calamiteiten** en **spoedgevallen** nadat u bij Bergman Clinics Breda bent geholpen, is Bergman Clinics Breda 24 uur per dag, 7 dagen per week telefonisch bereikbaar.

Voorbeelden hiervan zijn:

- Acute zwelling, pijn en roodheid
- Koorts, koude rillingen, duizeligheid en/of zich ziek voelen
- Ernstige wondlekkage
- Een rood glanzend wondgebied
- Onhoudbare pijn na ingreep
- Acute zwelling met verharde rode kuit

**Is er een medisch spoedgeval belt u ons op het spoednummer. Deze krijgt u mee bij ontslag Bij een levensbedreigende situatie belt u natuurlijk 112**

**Bij acute benauwdheidsklachten en/of pijn op de borst belt u 112**

## Controles na uw operatie

Er wordt voor u een controleafspraak gemaakt voor twee weken na ontslag op de poli bij de fysiotherapeut. Dan zullen de hechtingen worden verwijderd. Daarna maakt u een afspraak voor vervolgcontrole.

Afspraak	Tijd na de operatie	Bij wie?
Controle	2 weken	Fysiotherapeut
Vervolgcontrole	Zo nodig na 12 weken	Orthopedisch chirurg

## Complicaties

### Wondcomplicaties

Een complicatie van de wond is een infectie of een hematoom. Een infectie kenmerkt zich door zwelling, roodheid en pijn. Een hematoom is een bloeding. Vaak is er dan ook een zwelling en een bloeditstorting te zien. Van een bloeditstorting kunt u 2 tot 8 weken last van hebben.

### Trombose/longembolie

Bloedstolsels (trombose) kunnen ontstaan in een bloedvat, bijvoorbeeld door langdurig stilliggen tijdens de operatie of minder te bewegen na de operatie.

### Symptomen trombosebeen

- Been dat opeens opzwelt
- Zwaar gevoel of pijn in het been
- Witte, rode of blauwe verkleuring van het been
- Strakgespannen huid: rood en glanzend, met zichtbare aderen

- Lichte verhoging
- Veel pijn in het been en/of bij het lopen.
- Gevoel van zweepslag in de kuit

### Longembolie symptomen kunnen zijn:

- Een benauwd gevoel
- Pijn op de borst tijdens het ademen
- Hoesten, soms zit daar bloed bij
- Een versnelde ademhaling
- Een verhoogde hartslag
- Zweeten
- Een licht gevoel in het hoofd
- Een zwakkere hartslag

**Preventieve maatregelen zijn vroege mobilisatie (zo snel mogelijk uit bed). Rook niet en voorkom meeroken. Drink voldoende, het liefst water.**

## Veel gestelde vragen

### Hoe lang loop ik met krukken?

U loopt ongeveer 2 weken met krukken.

## Fysiotherapie

De fysiotherapeut van Bergman Clinics Bewegen Breda zorgt ervoor dat u alle documenten ontvangt. Het gaat om de volgende documenten:

- Operatieverslag.

### Instructies voor na de operatie

1. Na de operatie mag u 2 weken de voet beperkt belasten i.v.m de wondgenezing
2. Na de twee weken gaat u de voet steeds meer belasten. Dit gaat in overleg met de specialist en/of fysiotherapeut op geleide van de klachten. Simpel gezegd: als uw voet reageert met zwelling of pijn heeft u te veel gedaan en dient u even een stapje terug te nemen. Eventueel kunt u bij pijn en zwelling koelen met cold-packs en uw voet hoog leggen. Eventueel gebruikt u de krukken de eerste periode ter ontlasting van het gewricht.
3. Bij de controle na 2 weken worden het verband en de eventuele hechtingen verwijderd. U kunt eventueel douchen met een douchezak om het been.
4. Oefeningen ter verbetering van de circulatie mag u direct na de ingreep starten. Regelmatig bewegen vermindert de kans op trombose. De belangrijkste oefeningen zijn het strekken en het buigen van de knie, zoals u uitgelegd heeft gekregen. Het beste is om regelmatig te oefenen, in de ochtend en de middag twee keer en 's avonds een keer.
  - 10 maal uw knie buigen en strekken.
  - 10 maal de enkel naar boven en beneden bewegen (tenen mogen niet worden bewogen)
  - Goed de voet bewegen vermindert de kans op trombose.

5. Twee weken na operatie komt u voor controle bij de fysiotherapeut in Kliniek Breda. De tweede controle is waar nodig na 12 weken bij de orthopeed.

## Traplopen

### **Advies voor de operatie: oefen alvast eens thuis met krukken**

Houd bij het traplopen het geopereerde been altijd gestrekt. Pak met één hand de leuning vast en in de andere een kruk om op te steunen. De andere kruk houdt u vast met de vingers van de hand die op de kruk steunt.

**Trap op:** eerst het niet-geopereerde been, daarna het geopereerde been bij zetten

**Trap af:** eerst het geopereerde been en de kruk neer zetten en dan het niet-geopereerde been bijzetten

## Uw vragen / aantekeningen

---

---