



Sint Maartenskliniek

## Weer naar huis

Na uw operatie zijn er verschillende regels en adviezen waar u zich aan moet houden om zo goed mogelijk te herstellen. Hieronder vindt u alle informatie voor uw verdere herstel thuis.

## Ontslag en naar huis

---

De opname duurt gemiddeld 1 tot 2 dagen. De zaalarts of verpleegkundige bespreekt met u wanneer u na de operatie naar huis mag.

## Leefregels na ontslag

---

Om uw herstel na uw ontslag zo voorspoedig mogelijk te laten verlopen, hebben we enkele leefregels voor u opgesteld.

Na uw operatie kunt u zich enige tijd niet helemaal fit voelen, zeker als u onder narcose bent geweest. U kunt last hebben van spierpijn en/of keelpijn (bij narcose). Een regionale anesthesie (blokverdooving) kan het betreffende lichaamsdeel 24 tot 48 uur na de operatie uitschakelen. Dit betekent dat u dit lichaamsdeel pas weer mag belasten als de verdooving is uitgewerkt en u er weer gevoel in heeft. Leg het verdoofde lichaamsdeel tot dat moment op een zachte ondergrond, ook om drukplekken te voorkomen.

Onze arts heeft u na de operatie uitleg gegeven over de ingreep en over uw mobilisatie daarna. Verder moet u na een algehele narcose voorzichtig zijn met zware maaltijden. Als u rookt, houd er dan rekening mee dat roken na een narcose vaak klachten van duizeligheid, misselijkheid en braken veroorzaakt.

### Gips

Na de operatie heeft u gips gekregen. Het is belangrijk om het gips droog te houden. De gipskamer verkoopt hiervoor een speciale hoes voor het douchen. Houd verder uw arm zoveel mogelijk hoog, zeker in de eerste dagen na de operatie. Hiermee voorkomt u dat de hand dik wordt, of de vingers blauw en pijnlijk.

Bij jeuk is het zeker niet de bedoeling dat u met een scherp voorwerp (zoals een breinaald) onder het

gips gaat. Dit kan uw huid namelijk beschadigen, waardoor infecties kunnen ontstaan.

## Formulier met overige leefregels

U krijgt na uw operatie een formulier mee naar huis, waarin verdere leefregels en afspraken staan. Afhankelijk van uw ingreep/behandeling krijgt u leefregels mee over:

- Hechtingen
- Wondverzorging
- Mobiliteit na uw ontslag
- Bijzonderheden met betrekking tot leefregels en risicobewegingen
- Medicatie
- Controle-afspraken

## Gipsklachten

Als u tussen de controles door klachten krijgt van het dragen van het gips, dan kunt u contact opnemen met de gipskamer.

## Fysiotherapie

Nadat u de afneembare (dynamische) spalk heeft gekregen, start u met uitgebreide oefeningen van de hand in de spalk. De dynamische handspalk mag alleen af tijdens het actief oefenen van de hand. Voor de nachtelijke uren krijgt u een rustspalk mee. Deze gebruikt u alleen de eerste 3 maanden.

Wanneer u de afneembare dynamische spalk heeft gekregen, maakt u ook een afspraak met een fysiotherapeut bij u in de buurt. Om er voor te zorgen dat de nabehandeling bij uw eigen fysio zo goed mogelijk verloopt, krijgt u van ons een zogeheten overdrachtsdocument mee.

## Nazorg

---

Over het algemeen revalideert u na deze operatie thuis. U blijft wel onder controle staan van de Sint Maartenskliniek.

### Controle gipskamer

Na 5 tot 12 dagen krijgt u een controle-afpraak op de gipskamer. De gipsverbandmeester verwijdert het gipsverband en eventueel de hechtingen. Vervolgens krijgt u de al eerder genoemde spalken voor overdag en 's nachts.

### Poliklinische controle

Ongeveer 6 weken en 3 tot 4 maanden na de operatie volgen een tweede en derde controle, op de

polikliniek. Vaak maken we eerst een röntgenfoto. Daarna beoordeelt de behandelend arts deze foto en bespreekt het resultaat met u. Afhankelijk van de conclusie krijgt u hierna nog vaker een vervolgspraak om uw prothese en de revalidatie in de gaten te houden.