

U heeft in ons ziekenhuis een chirurgische ingreep ondergaan.

Pijn

Als pijnstilling mag u 2 tabletten Paracetamol 500 mg nemen, tot 4 maal per dag. Eventueel krijgt u pijnstilling mee voor een aantal dagen. Voor meer informatie verwijzen wij u naar de folder 'Pijnbestrijding voor volwassenen – dagbehandeling'. Tegen de zwelling kan 4x per dag 20 minuten aaneengesloten gekoeld worden met bijvoorbeeld een cold-pack.

Verband

Na de operatie heeft u een drukverband rondom de knie, welke de zwelling tegengaat. Het drukverband mag u na 48 uur verwijderen. Daarna kunt u de elastische kous (tubigrip) dragen die u meegekregen heeft van de afdeling. U mag met het drukverband douchen, echter moet u voorkomen dat het verband nat wordt. De elastische kous hoeft u alleen overdag te dragen. De kous zorgt voor steun en houdt eveneens de zwelling tegen. U mag de elastische kous dragen zolang u er baat bij heeft.

Hechtingen en wondzorg

De hechtingen zijn oplosbaar. Hechtingen die na 14 dagen niet opgelost zijn, kunt u zelf verwijderen of via de huisarts laten verwijderen. .

Mobiliteit

U mag de knie na de ingreep volledig belasten. Ter ondersteuning is het raadzaam om de eerste tijd na uw

operatie elleboogkrukken te gebruiken. Zo voorkomt u dat u door uw knie zakt of ten val komt. Gebruik de elleboogkrukken tot u een goede controle heeft over uw geopereerde been. De dagelijkse activiteiten kunt u na een aantal dagen weer hervatten. Luister goed naar uw eigen lichaam en wissel beweging en rust af, zodat uw knie niet stijf of opgezwollen raakt. Wanneer u voldoende controle heeft over uw geopereerde been en zonder krukken loopt, kunt u weer zelf autorijden of fietsen. Voor het herstel na deze knieoperatie staat een periode van 6 weken tot 3 maanden.

Fysiotherapie

U krijgt na ontslag een verwijzing voor een fysiotherapeut thuis gestuurd. Ons advies is samen met de fysiotherapeut de juiste spieren rondom de knie te versterken.

Controle

De Physician Assistant van de Orthopedie neemt 1 a 2 werkdagen na de operatie telefonisch contact met u op om de bevindingen en het verdere beloop met u door te nemen.

Bij problemen zoals nabloeden, heftige pijn, koorts boven de 38,5 graden, opengaan van de wond, overmatige roodheid, overmatige zwelling bij de wond of andere klachten kunt u telefonisch contact opnemen met het ziekenhuis.

- De eerste 24 uur na de operatie belt u buiten kantooruren naar de Spoedeisende Hulp: **0512 - 588 146**, na 24 uur kunt u buiten kantooruren de dokterswacht bereikbaar voor urgente hulpvragen.
- Tijdens kantooruren kunt u bellen naar de polikliniek Orthopedie: **0512-588805**.