

Stabilisatie van de knieschijf (tuberositas transpositie)



Adviezen voor thuis

Wat krijgt u mee naar huis?

- Een recept voor pijnstilling en evt. tromboosespuitjes.
- Een verwijzing voor fysiotherapie thuis.
- Een controleafspraak voor ongeveer 6 weken na de operatie bij uw behandelend arts. Er zal dan ook een controle foto gemaakt worden, neem hiervoor de aanvraag die u gekregen heeft mee naar het ziekenhuis.
- De brief voor de huisarts wordt digitaal verstuurd.

Afspraak polikliniek:.....

Dr.....

Adviezen voor thuis

- Na het douchen de wond droogdeppen. U mag de eerste week niet baden en zwemmen. Droog houden van de wond zorgt voor een goede wondgenezing. Gebruik daarom ook geen afsluitende pleister op de wondjes.
- Bij een warme, gezwollen knie, kunt u gebruik maken van coldpacks (verkrijgbaar bij de drogist). Daarnaast is het belangrijk om het been omhoog te leggen. Koel de wond niet langer dan 15 minuten, maximaal drie keer per dag.
- De hechtingen die in de wond zitten zijn oplosbaar. Het duurt ongeveer 6 weken voordat deze hechtingen verdwenen zijn.
- Een goede pijnbestrijding is belangrijk voor het genezingsproces, gebruik de pijnstilling volgens voorschrift. Afbouwen van pijnstilling mag op geleide van de pijn. Stop eerst de tramal, daarna de diclofenac, als laatste de paracetamol. Over het algemeen kan de pijnstilling in enkele dagen afgebouwd worden.

Paracetamol:.....x per dagmg (zetpil/tablet)

Tijden:uur.....uur.....uur.....uur

Diclofenac:x per dag.....mg (zetpil/tablet)

Tijden:uur.....uur.....uur

Tramal:.....x per dag.....mg (drank/tablet)

Tijden:uur.....uur.....uur

Het kan zijn dat de behandelend arts van uw kind tromboosespuitjes op recept krijgt. Uitleg hierover volgt dan op de kinderafdeling.

Tromboosespuitjes: ja / nee

Nabehandeling

- De eerste 6 weken heeft de verplaatste pees nodig om te kunnen genezen. Daarom mag u in die periode het been alleen belasten met de klittenbandspalk om.
- De eerste 2 weken gebruikt u ook hierbij de krukken, daarna bouwt u dit af op geleide van de klachten. De klittenbandspalk mag alleen af onder de douche en na twee weken ook in de nacht als u in bed ligt.
- Na 6 weken komt u op controle en zal de arts met u bespreken hoe de belasting van het been weer opgebouwd kan worden.

Over het algemeen gelden de volgende richtlijnen:

- Fietsen mag weer na 6 tot 8 weken
- Autorijden mag weer na 6 tot 12 weken
- Zwemmen mag weer na 6 tot 8 weken
- Hardlopen mag weer na 3 tot 4 maanden
- Tennissen mag weer na 3 tot 4 maanden
- Lichte werkzaamheden mogen weer na 8 weken
- Zware werkzaamheden mogen weer na 3 tot 4 maanden

Meer informatie

Meer informatie leest u in de folder over de operatie die u op de polikliniek orthopedie ontvangen heeft. Ook kunt u meer informatie vinden in de cwz orthopedie app (gratis te installeren via apple store of google play).

Of kijk op www.cwz.nl/orthopedie

Bellen bij problemen

- Bij klachten die horen bij de operatie kunt u overdag bellen naar het telefonisch spreekuur orthopedie (op werkdagen van 8.30 tot 9.30 uur), (024) 365 81 19.
- Tot 17.00 uur is de polikliniek orthopedie (B56) bereikbaar op telefoonnummer (024) 365 82 65.
- 's Avonds, 's nachts en in het weekend belt u naar de Spoedeisende hulp van het CWZ, (024) 365 83 22.