

**Klinische instructie Kuitspier verlenging ( proximale of mediale gastrocnemius verlenging)**

Deze informatie kunt u ook terugvinden op onze website: [Orthopedieteam.nl](http://Orthopedieteam.nl) en op de MijnBergman app.

De instructies in dit document zijn leidend, tenzij uw operateur anders voorschrijft.

**Direct na de operatie:**

De roze kleur op de huid rond het operatiegebied komt door het desinfecteermiddel dat tijdens uw operatie gebruikt wordt. Dit verdwijnt vanzelf na het wassen.

Door de zenuwblokkade kan de voet tijdelijk(!) verlamd zijn, het gevoel en de functie komt in de nacht of dag na de operatie weer helemaal terug.

Na de operatie zit uw onderbeen in het gips. Dit wordt op de uitslaapkamer of als u terug bent op de verpleegafdeling aangelegd door de gipsmeester.

**Pijn:**

Door de zenuwblokkade die u heeft gekregen tijdens de operatie is de pijn na de operatie vrijwel onder controle. Een zenuwblokkade is na gemiddeld 20 uur weer uitgewerkt (dat is dus meestal in de nacht aansluitend op de operatie). Direct na de operatie zal er al gestart worden met pijntabletten zodat er een goede spiegel in het bloed kan worden opgebouwd.

Het is de bedoeling de voorgeschreven pijnstillers op vaste tijden in te nemen. Als de pijn 2 dagen dragelijk is, kunt u gaan afbouwen met de pijnstillers.

**Hoe is de nabehandeling:**

- Na de operatie krijgt u een onderbeengipsspalk.
- U moet veel rusten met uw been omhoog, bijvoorbeeld dwars op de bank of met uw been op een stoel met kussen eronder. Ook 's nachts is het handig om het been omhoog te houden, bijvoorbeeld door een kussen onder het matras te plaatsen.
- Loop 2 weken onbelast met 2 krukken.
- Geef uzelf iedere dag, zolang u been in het gips zit, een injectie met Fraxiparine. Dit voorkomt trombose. U leert tijdens uw opname, van de verpleegkundige, hoe u dit moet doen.
- Douchen mag de dag na de operatie, mits u ervoor zorgt dat het gips droog blijft. Zorg voor een veilige omgeving door een handsteun, douchestoel of antislipmat te gebruiken.

- U komt 2 weken na de operatie terug op de polikliniek/gipskamer. Daar wordt de gipsspalk verwijderd, de wond gecontroleerd en eventuele hechtingen worden verwijderd. U krijgt onderbeenloopgips voor 2 weken. Hiermee mag u belast lopen.
- U komt 4 weken na de operatie terug op de polikliniek/gipskamer, waar het loopgips wordt verwijderd. U ziet ook de orthopeed die u geopereerd heeft. U krijgt een steunkous aangemeten en u kunt dan stoppen met de Fraxiparine . U krijgt uitleg over looppatroon en oefeningen, en meestal krijgt u ook een verwijzing naar de fysiotherapeut.

Voor eventuele onduidelijkheden en/of vragen omtrent de nabehandeling belt u met de kliniek voor Bewegingszorg Rijswijk, tel nr. **088-9906126**

Bij geen gehoor **tijdens het weekend** belt u met het contact service center, tel nr. **088-9000500**, zij zullen u doorverbinden of contact opnemen met de dienstdoende verpleegkundige.

U dient direct contact op te nemen met de Kliniek voor Bewegingszorg Rijswijk :

- Als u last krijgt van een abnormale of pijnlijke zwelling.
- Als u koorts (>38C) en/of koude rillingen krijgt en u zich echt ziek voelt (mogelijke infectie)
- Als u ernstige wondlekkage heeft.
- Als het gips te strak zit.
- Als u geen of weinig gevoel heeft in de tenen, of als de tenen koud aanvoelen.

## **Bergman Clinics | Kliniek voor Bewegingszorg**

### **Polikliniek**

Laan van Oversteen 20

2289 CX Rijswijk

### **Kliniek**

Braillelaan 5

2289 CL Rijswijk