

Cliëntinformatie

Morton's neuroom



Contactgegevens

Kliniek voor Bewegen Rijswijk

Braillelaan 10

2289 CM Rijswijk

✉ bewegingszorg.rijswijk@bergmanclinics.nl

www.orthopedieteam.nl

Voor telefonisch advies of het maken/wijzigen
van een afspraak,

bel het Contact & Service Center: 088 9000 500

U heeft samen met uw behandelend specialist besloten dat u geopereerd wordt. We informeren u graag over de periode waarin de operatie gepland wordt, u zich voorbereidt op de operatie en over de periode erna.

Mocht u na het lezen van deze informatie nog vragen hebben, of u wilt nog iets met ons bespreken, neem dan rechtstreeks contact op met de kliniek voor Bewegen in Rijswijk. Bij voorkeur ontvangen wij uw vraag per e-mail. Indien u teruggebeld wilt worden, kunt u dat in uw e-mail vermelden.

Inhoudsopgave

1. De operatie plannen	2
Preoperatieve screening (POS)	2
Operatie planning	2
2. Voorbereiden op de operatie	3
Vooraf regelen	3
Roken	3
Eten en drinken	3
Medicijnen	4
Meebrengen naar de kliniek	4
3. Uw verblijf	4
Bezoek tijdens opname	5
Bewegen na de operatie	5
Operatiewond	5
Persoonlijke verzorging	5
Medicatie	5
Zwelling en pijn	5
Overige adviezen	6
4. U bent weer thuis	6
Nacontrole/contactmoment	6
Contact opnemen	6

1. De operatie plannen

Uw behandelend specialist heeft u op de wachtlijst geplaatst. Voordat we een operatiedatum met u inplannen is het noodzakelijk dat de anesthesioloog uw medische situatie beoordeelt. Dit wordt tijdens de preoperatieve screening gedaan.

Preoperatieve screening (POS)

U ontvangt een afspraak voor de **preoperatieve screening**. Tijdens de preoperatieve screening vindt een gesprek over uw gezondheid en een lichamelijk onderzoek plaats, eventueel aangevuld met een bloedonderzoek en/of een electrocardiogram (hartfilm).

Tijdens de preoperatieve screening ontvangt u informatie en advies met betrekking tot de mogelijke anesthesietechnieken. Voor deze operatie zijn er twee anesthesie technieken mogelijk:

- Spinale anesthesie (ruggenprik) eventueel in combinatie met een sedatie (roesje)
- Algehele anesthesie (narcose)

Aanvullend krijgt u nog een extra pijnstilling in de vorm van een zenuwblokkade in uw voet.

Om u goed te kunnen adviseren over uw medicatie (indien u –soms- medicatie gebruikt) hebben wij te allen tijde een **Actueel Medicatie Overzicht** van uw apotheek nodig. Dit overzicht mag maximaal 3 maanden oud zijn. U kunt deze (kosteloos) bij uw apotheek opvragen. De medicatielijst brengt u mee naar uw afspraak. Als uw medische situatie akkoord wordt bevonden, kunnen wij de operatie inplannen.

Operatie planning

De operatieplanner zoekt samen met u naar een geschikte **operatiedatum**.

De aanloop naar de operatie toe, maar ook de periode erna is een periode waarin we u graag goed begeleiden.

De operatieplanner stelt u daarom enkele aanvullende vragen, zodat wij u persoonlijk kunnen informeren.

Tijdens deze afspraak bespreekt de operatieplanner welke **voorbereidingen** u zelf kunt treffen. Het is belangrijk dat u na de operatie veilig kunt herstellen. U hoort welke hulpmiddelen en eventuele (tijdelijke-) aanpassingen in uw woning worden geadviseerd, welke hulp u mogelijk nodig heeft van anderen en wanneer u de opnametijd van ons hoort.

U leest er meer over in "Voorbereiden op de operatie".

U ontvangt een bruistablet. Dit is een voetablet, welke u volgens voorschrift gebruikt.

De instructies ontvangt u gelijktijdig met het uitreiken van de bruistablet.

2. Voorbereiden op de operatie

Uw behandelend specialist en anesthesioloog hebben uw medische toestand beoordeeld. Indien er **veranderingen in uw gezondheidstoestand** plaatsvinden, vernemen wij dat graag z.s.m. Neem daarvoor contact op met de kliniek voor Bewegen in Rijswijk.

Vooraf regelen

In de periode na de operatie heeft u mogelijk meer hulp nodig dan anders.

Boodschappen doen, koken of huishoudelijke klussen kunnen deze periode lastiger zijn.

Zorg ervoor dat u hier tijdig iets voor regelt.

Hulpmiddelen zoals krukken, een douchestoel en een antislipmat, kunt u lenen, huren of kopen bij thuiszorgwinkels.

De operatie vindt in dagbehandeling plaats. U dient onder **begeleiding** naar huis te reizen, omdat zelf rijden niet is toegestaan. De eerste nacht na de operatie is het belangrijk dat u niet alleen bent, regel daarom tijdig een mantelzorger die de eerste nacht bij u aanwezig is.

Het is belangrijk dat u voor de operatie **nagellak en eventuele kunstnagels** van uw tenen heeft verwijderd.

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.

Meer informatie m.b.t. het stoppen met roken kunt u vinden op onze site (www.orthopedieteam.nl) onder het kopje downloads.

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 opname 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 is met u besproken welke medicijnen u voor de operatie moet stoppen en welke medicijnen u moet blijven gebruiken. De medicatie die u door gebruikt op de ochtend van de operatie, kunt u 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 en een wijde broek.
- extra ondergoed
- Stevige (sport) schoenen, die makkelijk te openen en te sluiten zijn
- Boek, puzzelboekjes, e-reader, tablet, telefoon en dergelijke voor uw eigen ontspanning
- Belangrijke telefoonnummers, zoals wie zijn uw contactpersonen?
- Hulpmiddelen, zoals krukken
- Indien van toepassing: (lees-)bril, lenzen(-doosje en lenzenvloeistof), hoorapparaat
- Indien van toepassing: eigen medicatie in originele verpakking

Uw kamer beschikt over een kast met slot. Toch raden wij u aan om waardevolle spullen zoveel mogelijk thuis te laten.

3. Uw verblijf

Uiterlijk 1 dag voor uw operatie ontvangt u van ons een e-mail, waarin we de opnametijd vermelden. Hierin vindt u ook de laatste instructies.

Op de dag van uw operatie meldt u zich bij de gastvrouw op de **opnamelounge**, ingang via Braillelaan 5. De opnamelounge bevindt zich op de 1^e etage.

Als u met de auto komt, kunt u deze gratis parkeren op ons parkeerterrein Braillelaan 10.

Het team van artsen, verpleegkundigen, voedingsassistenten en fysiotherapeuten (Fysio Care & Science), leveren u de zorg die u nodig heeft.

Tijdens uw verblijf informeren de verschillende zorgverleners u over uw persoonlijke situatie in de periode na de operatie. Deze adviezen zijn te allen tijde leidend.

De operatie vindt in **dagbehandeling** plaats, de verpleegkundige stemt met u af hoe laat u opgehaald kunt worden.

Bezoek tijdens opname

De kliniek hanteert doorlopende bezoektijden.
Koffie, thee en water is aanwezig in de wachtruimte.

Op de 3^e etage is ons restaurant "De Brailjant" gevestigd. U kunt hier terecht voor een kopje koffie, thee of een lunch. "De Brailjant" is van maandag t/m vrijdag tussen 9:00 – 16:00 uur geopend.

Bewegen na de operatie

Na de operatie bent u beperkt in het bewegen. In de kliniek ontvangt u een platte schoen waarmee u de geopereerde voet mag belasten, doe dit wel zo min mogelijk. Ga ervan uit dat u de eerste dagen **krukken** nodig heeft voor uw balans. De platte schoen draagt u tot 2 weken na de ingreep.

Adviezen en oefeningen die u thuis zelf kunt doen, leest u terug in de folder van Fysio Care & Science. U ontvangt de folder tijdens uw verblijf van een van onze fysiotherapeuten.

Operatiewond

Na de operatie heeft u een drukverband om uw voet. Deze moet u tot aan de 1ste poli-afpraak laten zitten.

Persoonlijke verzorging

Direct na de operatie ziet de huid rondom het geopereerde gebied er roze van kleur uit. Dit is het restant van het desinfectiemiddel die uw behandelend specialist tijdens de operatie heeft gebruikt. Het desinfectiemiddel verdwijnt vanzelf na het wassen.

Douchen mag de dag na de operatie, mits u ervoor zorgt dat het drukverband droog blijft. Dit doet u alleen als u zich daar goed genoeg voor voelt.
Zorg voor een veilige omgeving door een handsteun, douchestoel of antislipmat te gebruiken.

Medicatie

U ontvangt tijdens uw verblijf een recept en een medicatieoverzicht. Het recept levert u in bij uw apotheek, waarna u de medicijnen ontvangt.

Zwelling en pijn

Uw voet kan de eerste tijd na de ingreep gezwollen zijn (oedeem). Dit komt door een verstoorde bloed- en vochtregulatie van uw voet.
Wij adviseren u veel te rusten met uw been omhoog, bijvoorbeeld dwars op de bank of met uw voet op een stoel met kussen eronder.
Ook 's nachts is het handig om de voet omhoog te houden, bijvoorbeeld door een kussen onder het matras te plaatsen. De **zwelling** zal 's avonds het grootst zijn en neemt af als u oefeningen doet en het been hoog legt.

Door de zenuwblokkade die tijdens de operatie is geplaatst is de **pijn** vrijwel afwezig, maar kan de voet tijdelijk(!) verlamd zijn. Het gevoel en de functie komt in de nacht of dag na de operatie weer terug. Een zenuwblokkade is na gemiddeld 20 uur weer uitgewerkt.

Houd u aan de adviezen m.b.t. het innemen van de pijnstilling en verdeel uw activiteiten over de dag. Wissel een activiteit af met voldoende rust.

Overige adviezen

- **Autorijden:** Mag alleen als u zonder krukken loopt en u de platte schoen niet meer gebruikt.
- **Werken:** Dit is afhankelijk van uw persoonlijke situatie. Overleg hierover met uw behandelend specialist.
- **Zwemmen** of een **sauna** bezoeken: Als de wond volledig dicht is en u zelfstandig zonder hulpmiddelen kunt lopen.
- We adviseren u in ieder geval de eerste 2 weken hulp te vragen bij de **boodschappen** en bij diverse huishoudelijke taken.
- Bezoek de eerste 6 weken na de operatie geen **pedicure**
- **Sporten:** dit is afhankelijk van de sport die u beoefend. Overleg hierover met uw behandelend specialist.

4. U bent weer thuis

Nacontrole/contactmoment

2 Weken na de operatie komt u op de polikliniek voor een nacontrole. De afspraak vindt plaats op de 1^e etage.

Daar wordt het drukverband verwijderd, de wond gecontroleerd door de doktersassistente of verpleegkundige en indien uw oplosbare hechtingen nog niet volledig opgelost zijn, wordt het resterende deel verwijderd. U ziet uw behandelend specialist tijdens deze afspraak normaal gesproken niet.

Contact opnemen

Kliniek geopend/gesloten

De Bergman Clinics in Rijswijk is elke week van maandagochtend tot zaterdagmiddag geopend.

In het weekend zijn wij gesloten. Volg onderstaand schema bij vragen of medische problematiek.

Wanneer contact op te nemen na uw ontslag?

Bent u in acuut levensgevaar? Bel direct 112

Bel 088 9000 567 (optie2: BEWEGEN) in het weekend indien het een **spoed zorgvraag** betreft, welke **niet** kan wachten tot de eerst volgende werkdag, zoals:

- Acute pijn/ zwelling/ nabloeding/ wondlekkage
- Niet houdbare pijn na OK
- Rood glanzend wondgebied
- Bij koorts hoger dan 38,5 en/of koude rillingen

Voor overige vragen kunt u telefonisch contact opnemen op werkdagen via 088 9000 500.

Ook kunt u de **eerste 2 weken** na de operatie vragen e-mailen naar:

verpleging.bri@bergmanclinics.nl. Van maandag t/m vrijdag streven wij ernaar u binnen 24 uur antwoord te geven.

Gelieve uw naam en geboortedatum vermelden in uw e-mail.