

Instructies voor thuis na een totale of gedeeltelijke knieprothese

U staat op het punt onze kliniek te verlaten na een knieprothese operatie. Dit kan een hele of gedeeltelijke prothese zijn. De adviezen zijn gelijk. Voor een optimale nazorg hebben wij de belangrijkste punten voor u op een rij gezet. Bij vragen, onduidelijkheden of als u zich zorgen maakt, schroom dan niet om contact op te nemen met onze verpleegafdeling. Wij zijn elke dag bereikbaar op telefoonnummer: **085-0600854**. Ook is er in de CARO-app veel informatie terug te vinden.

In het weekend zijn wij gesloten en alleen bereikbaar voor spoed.

In geval van spoed kunt u ons ook 's nachts bereiken op het bovenstaande telefoonnummer. Onder spoedeisend verstaan wij gezondheidsklachten die niet kunnen wachten tot de volgende werkdag. Bijvoorbeeld: hevig bloedverlies, hoge koorts, heftige pijn of als u zo ongerust bent dat u een medisch advies wilt vragen.

Medicatie

Thuis mag u de volgende medicijnen gebruiken:

Medicijn	Dosering	Tijden	Stopdatum
Paracetamol	1000 Mg	08:00 - 12:00 - 18:00 – 22:00	Als de pijn dragelijk voor u is.
Celebrex	200 Mg		08:00 2 weken na de operatie
Pantozol	40 Mg		08:00 2 weken na de operatie
Fraxiparine of	0,3 ml		20:00 4 weken na de operatie
Oxycontin (langwerkend)	5-10 mg		8.00-20.00 Als de pijn dragelijk is voor u
Oxynorm (kortwerkend)	5-10 mg	Zo nodig, max 6 keer per dag	

Het is belangrijk om u aan het bovenstaande medicatieschema te houden, ook als u geen pijn ervaart. Als de pijn dragelijk voor u is, dan kunt u wel stoppen met de paracetamol. Als u na het stoppen met de paracetamol toch weer pijnklachten ervaart kunt u weer starten met de paracetamol.

- Paracetamol 4 x daags 1000 mg om 8:00 - 12:00 - 18:00 - 22:00 uur (pijnstilling)
- De Celebrex capsule is een pijnstiller die er tevens voor zorgt dat er zich geen kalk rondom de prothese vormt. Het is belangrijk om deze de volle 2 weken na te operatie te blijven gebruiken. (pijnstilling en ontstekingsremmer)
- De Pantozol tablet is een maagbeschermer die u bij de Celebrex dient te gebruiken. (maagbeschermer)
- De Fraxiparine injecties zijn om trombose te voorkomen, deze gebruikt u 4 weken lang na de operatie. Op de afdeling heeft u geleerd om deze zelf te injecteren. Indien fraxiparine niet mogelijk is krijgt u een alternatief, bijvoorbeeld Apixaban 2,5 mg wat u 2x per dag moet gebruiken. Dit dient u 14 dagen te gebruiken na de operatie (en is ook tegen trombose).
- Oxycontin 5 of 10 mg voor 2 x per dag is een langwerkend opiaat. Deze kunt u de eerste dagen na de operatie gebruiken tot de pijn dragelijk is, dit medicijn moet u als eerste afbouwen.

- De oxynorm capsule is een kortwerkend opiaat. Deze werkt snel en kort. Deze kunt u gebruiken bij hevige pijn. Als de pijn dragelijk is met paracetamol neemt u de oxynorm niet in. Dit medicijn moet u ook als eerste afbouwen.

De hibiscrub douchegel en bactroban neusgel mogen na de operatie gestopt worden.

Overige instructies

Wondverzorging:

De kniewond is met agraves/nietjes gehecht en er zit een gaas met een kous omheen. Hieronder zit de steriele pleister die bij voorkeur 3 dagen blijft zitten. Het kan zijn dat de wond nog een beetje wondvocht verliest. U krijgt van ons 2 schone gazen en een extra kous mee. De eerste 2 dagen na de operatie kunt u de gazen en (indien nodig) de kous verschonen. Na deze 2 dagen is alleen een kous voldoende indien u dit prettig vindt maar hoeft niet. Dit is niet erg. Na 2 weken moeten de agraves/nietjes bij de huisarts verwijderd worden. U kunt hiervoor zelf een afspraak maken bij de huisarts. Geef bij de afspraak aan dat het om agraves/nietjes verwijderen gaat, zodat de huisarts zich hiervoor op kan voorbereiden. Het kan zijn dat u weinig of geen gevoel heeft op de plek waar de wond zit. Dit komt omdat tijdens de operatie bij het zetten van de wondsnede microscopisch kleine zenuwen zijn beschadigd. Soms kan het maanden duren voordat het gevoel terugkomt.

Douchen:

U mag douchen als de wond langer dan 72 uur droog is en er rustig uitziet. Het heeft de voorkeur de wond wel de eerste 10 dagen na de operatie droog te houden. U mag niet in bad, want daar wordt de wond te week van en is er kans op infectie. Na 6 weken kunt u weer baden maar alleen als de wond volledig genezen is.

Mobiliseren:

U mag het been volledig belasten, tenzij de specialist anders heeft aangegeven. In de kliniek heeft u geleerd om oefeningen te doen en de eerste stappen te lopen. Thuis kunt u verder oefenen met de fysiotherapie. U krijgt tijdens de opname een verwijsbrief voor de fysiotherapeut mee. In de CARO-app staan oefeningen die u kunt doen, maar er wordt ook een uitgebreid protocol voor de fysiotherapeut meegegeven. U kunt starten met de fysiotherapie thuis na de operatie. De oefeningen die u uit het ziekenhuis heeft meegekregen kunt u direct al beginnen.

Wanneer moet u met ons contact opnemen?

Neemt u in de volgende gevallen altijd contact op met onze verpleegafdeling:

- Indien wondlekkage tot 5 dagen na de operatie;

- Indien de wond pijn, rood en vurig is;
- Indien u koorts heeft boven 38.5 graden;
- Indien u ongerust bent en een medisch advies wilt vragen.

Als u vragen heeft, schroom dan niet om contact op te nemen met onze kliniek.



Algemeen

085 0600 855
info@mkvelsen.nl

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag van
08.00 uur tot 18.00 uur

Polikliniek

085 0600 853
polikliniek@mkvelsen.nl

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag van
08.30 uur tot 12.30 uur en
van 13.00 uur tot 16.30 uur

Verpleging

085 0600 854
verpleging@mkvelsen.nl

Bezoekuren

Alle dagen van
10.30 uur tot 12.00 uur en
van 14.30 uur tot 20.00 uur

Leegwaterweg 1b | 1951 NA Velsen-Noord | www.mkvelsen.nl