

## Instructies voor thuis na een Tuberositas transpositie

U staat op het punt onze kliniek te verlaten na een tuberositas transpositie. 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**

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 laatste stoppen, als de pijn dragelijk is
Diclofenac	50 Mg	08:00 – 15.00 – 22.00	Als tweede afbouwen, as de pijn dragelijk is
Pantozol	40 Mg	08:00	Zolang u de diclofenac gebruikt
Fraxiparine	0,3 ml	20:00	2 weken na de operatie
Oxynorm	5-10 mg	Zo nodig, max 6 keer per dag	Als eerste afbouwen.

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.

- De paracetamol is een pijnstiller
- De Diclofenac is een pijnstiller en tevens ontstekingsremmer.
- De Pantozol tablet is een maagbeschermer die u bij de Diclofenac dient te gebruiken.
- De Fraxiparine injecties zijn om trombose te voorkomen, deze gebruikt u 2 weken lang na de operatie. Op de afdeling heeft u geleerd om deze zelf te injecteren.
- De oxynorm capsule is een 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.

## **Wondverzorging:**

---

Op het moment dat u naar huis gaat heeft u nog een drukverband en de brace om de knie. Deze is afgesteld door u arts.

Het drukverband mag u na 48 uur verwijderen, net zoals de pleisters op de wondjes.

Doe dit voorzichtig, het verband/pleisters kunnen vast plakken aan de wondjes, u kun ze makkelijker verwijderen door ze een beetje vochtig te maken.

U krijgt van de verpleegkundige een kous en gaas mee naar huis wat u na het verwijderen van het drukverband om kan doen.

Als de wond droog is hoeft er geen kous/gazen meer op de wond, laat deze fijn aan de lucht drogen. Doe na het verwijderen van het verband de brace weer om zoals is besproken met u arts

## **Douchen:**

---

Wanneer u nog een drukverband om u been heeft kunt u deze afplakken met bijvoorbeeld een vuilniszak. Wanneer het verband er na 48 uur af is en de wondjes zijn droog mag u helemaal onder de douche.

U mag zolang u de brace om heeft niet zwemmen/baden.

## **Mobiliseren:**

---

U mag het been niet belasten, tenzij de specialist anders heeft aangegeven. In de kliniek heeft u geleerd om de eerste stappen te lopen. Thuis kunt u verder oefenen met de fysiotherapie. U krijgt tijdens de opname een verwijsbrief voor de fysiotherapeut mee.

## Wanneer moet u met ons contact opnemen?

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

- Indien wondlekkage;
- 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@mkvvelsen.nl

#### Openingstijden

Maandag t/m vrijdag van  
08.00 uur tot 18.00 uur

### Polikliniek

085 0600 853  
polikliniek@mkvvelsen.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@mkvvelsen.nl

#### Bezoekuren

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

Leeghwaterweg 1b | 1951 NA Velsen-Noord | [www.mkvvelsen.nl](http://www.mkvvelsen.nl)