

Efter vristoperation

Denna föreskrift är ämnad för utskrivning. Föreskriften innehåller sektioner som skall fyllas i.

Syftet med föreskriften är att hjälpa dig i återhämtningen efter operationen.

Sårvård

Skydda sårförbandet med plastpåse när du duschar.

Vristenssårförband får du avlägsna och gå i duschen, när

- 48 timmar har gått sedan ingreppet
- 5 dagar har gått sedan ingreppet
- Annan föreskrift: _____

Rör inte såret i onödan. Om såret blöder eller utsöndrar sekret, skydda såret med rena sårförband. Byt ut nedsmutsat eller blött sårförband. Duscha inte såret om såret blöder. Såret får ej duschas med tryck, tvålas eller gnidas. Tvätta händerna med omsorg (med vatten och tvål) och torka händerna med ren handduk före och efter du vidrör såret.

Avlägsning av stygnen

Stygnen/agrafferna tas bort på hälsovårdscentralen eller arbetshälsovården ____/ _____. Boka tiden själv.

Du kan bada och gå i bastun när det har gått ett dygn från att stygnen/agrafferna blivit borttagna.

Smärtbehandling

Använd smärtmedicin enligt angivna instruktioner. Den opererade foten kan bli svullen, vilket ökar smärtan och förlångsammare läkningen. Smärta och svullnad kan lindras med kylbehandling och genom att hålla foten i högläge flera gånger om dagen.

Rehabilitering

Kryckorna är i bruk tills gåendet sker smärtfritt och utan att halta. Följ rörelseinstruktionerna du har blivit angiven.

Eventuella rörelsebegränsningar: _____

Belastningslov: _____

Fortsatt vård

När du blir utskriven från sjukhuset får du vid behov efterkontrolltid till läkaren och fysioterapeuten.

Ta kontakt

Ta kontakt till din vårdande enhet, om:

-
- Såret blöder eller utsöndrar sekret
- Ökande hettande, svullnad och rodnad i sårområdet
- Sårförbandet stramar eller blir vått
- Smärtan ökar trots att du tagit smärtmedicin, använt kylförpackning och hållit foten i högläge.
- Du har feber över 38°