

## Efter fotbladsoperation

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

På operationsområdet är de lagt ett tjockt sårförband vars funktion är att hindra svullnad samt blödning på operationsområdet. Skydda förbandet med plast när du går i duschen.

- Byt sårförbandet:** \_\_\_\_\_ **hemma eller boka vid behov tid till egen hälsovårdscentral vid närmaste vardag, om inte sårförbandbytet går att utföras hemma.** Om du byter sårförbandet själv hemma, avlägsna alla förband. Därefter kan du lätt duscha och torka såret och skydda det med nytt sårförband. Byt ut nedsmutsad eller vått sårförband. Tvätta händerna före och efter vidrörande av såret.
- Sårförbandet hålls orört tills stygnen tas bort.

### Avlägsning av stygnen

Stygnen tas bort på hälsovårdscentralen eller arbetshälsovården ca 2 veckor från operationen \_\_\_/\_\_\_ . Boka tiden själv.

Du kan bada och gå i bastun när det har gått ett dygn från att stygnen /spikarna tagits bort eller när skenan har avlägsnats.

Ifall tårnas ställning är stödda med spikar, tas spikarna bort ungefär om 6 veckor från operationen.

### 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 så mycket som möjligt när du ligger stilla.

## **Rehabilitering**

Påbörja gåendet med behandlingsskon och kryckor direkt efter operationen. Det är absolut förbjudet att stiga på trampdynan utan behandlingsskon i \_\_\_\_\_veckors tid. Kryckorna används hela denna tid. Följ rörelseinstruktionerna du har blivit angiven.

## **Fortsatt vård**

När du blir utskriven från sjukhuset får du vid behov en tid till den opererande läkaren samt fysioterapeuten.

## **Ta kontakt**

Ta till din vårdande enhet, om:

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