

Pasientinformasjon fra Ortopedisk sengepost

Til deg som er operert for brudd i ankel

Bevegelse og belastning:

- Du skal unngå belastning av operert ben frem til det tillates av lege/fysioterapeut på kontroll, vanligvis etter 6-8 uker
- Når du sitter i ro skal du holde foten høyt de første ukene. Dette for å unngå hevelse, smerter eller blødning.
- Det er viktig at du fortsetter å utføre de øvelsene du har fått instruksjoner om av fysioterapeut. Dette for å opprettholde bevegelse og unngå at ankelleddet blir stivt.
- Hvis du har behov for fysioterapi etter utskrivelse, må du selv ta kontakt med fysioterapeut i kommunen.



Smerter og hevelse:

- Du får e-resept på smertestillende. Ta kontakt med fastlege om du trenger fornyelse av resept.
- Det er viktig at du bruker smertestillende den første tiden slik at du holder deg i aktivitet, og får gjort øvelsene.
- Det er vanlig å bli hoven i operert ben når du er i aktivitet. Det kan være smertelindrende å legge benet høyt. Bruk puter og annet du har tilgjengelig.

Bandasje:

- For å forebygge sårinfeksjon skal du dekke til såret med en ren og tørr bandasje til stingene er fjernet.
- Dersom bandasjen blir våt, gjennomtrukket av blod eller løsnar, skal den skiftes.
- Vi anbefaler å vente med å dusje til det har gått 48 timer etter operasjon. Behold den gamle bandasjen på når du dusjer.
- Vask alltid hendene godt før du skifter bandasje.
- Utstyr til sårskift får du kjøpt på apoteket.

Kontaktinformasjon

Nordbyhagen:

Ortopedisk sengeområde
Telefon S105: 67 96 31 50
Telefon S205: 67 96 32 50

Kongsvinger:

Ortopedisk sengeområde
Telefon: 62887366

Sist revidert juni 2021 - EQS-ID: 41701

Komplikasjoner:

Et operasjonssår er utsatt for bakterieinfeksjon dersom det ikke holdes rent. Vær oppmerksom på tegn på sårinfeksjon.

Tegn på sårinfeksjon:

- Økende smerter og ømhet i såret
- Rødhet, varme og hevelse i området rundt såret
- Dunkende smerte som kommer etter at sårsmertene har gitt seg
- Puss/verk fra såret (gult, grønt, grålig)
- Feber og generell sykdomsfølelse

Hvis du mistenker at du har fått en infeksjon i operasjonssåret, ta kontakt med fastlege eller nærmeste legevakt hvis ikke annet er avtalt.

Fjerning av sting:

I operasjonssåret ditt sitter det sting som skal fjernes cirka 14 dager etter operasjonsdagen. For deg vil det bli _____ Ta kontakt med fastlegen for å få hjelp til dette.

Kontroll:

Du vil bli innkalt til en kontrolltime med røntgen på ortopedisk poliklinikk, vanligvis etter 6-8 uker

Bilkjøring:

Har du brukket venstre ben kan du kjøre bil med automatgir. Ellers kan kjøring gjenopptas når du kan belaste fullt og du føler deg trafikksikker (jmf veitrafikkloven § 21. Alminnelige plikter). Er du i tvil konfererer du med fastlege.

Hvis du i løpet av de første dagene etter utskrivelsen lurer på noe annet enn det som står i dette skrivet, kan du ta kontakt med oss på sengepost. Utover dette må du ta kontakt med fastlege eller legevakt.

Kontaktinformasjon

Nordbyhagen:

Ortopedisk sengeområde
Telefon S105: 67 96 31 50
Telefon S205: 67 96 32 50

Kongsvinger:

Ortopedisk sengeområde
Telefon: 62887366

Sist revidert juni 2021 - EQS-ID: 41701