

NACHBEHANDLUNG NACH FUSSOPERATION



Fußchirurgisches Zentrum

Ltd. Arzt Dr. (B) R. Van Ende

Telefon: 0 21 50/91 7-131

Fax: 0 21 50/91 7-145

Internet: www.rrz-meerbusch.de

E-Mail: vanende@rrz-meerbusch.de
kahraman@rrz-meerbusch.de

Nachbehandlung nach Fußoperation

Dr. (B.) R. Van Ende

Leitender Arzt Fußchirurgisches Zentrum

© Ortho-RRZ-Meerbusch

Inhalt

4	Allgemeines
5	Körperpflege
6	Bewegungsübungen
8	Belastung
8	Korrigierende Verbände

Allgemeines

Das Ergebnis nach erfolgter Fußoperation hängt nicht nur von der Operation selber, sondern auch von der Nachbehandlung ab.

Je nach durchgeführter Operation ist eine individuelle Behandlung erforderlich.

Folgendes gilt jedoch für alle durchgeführten Operationen:

In der Regel wird ein Schmerzkatheter für 1 oder 2 Tage angelegt. Falls er optimal liegt, sind kaum Schmerzen vorhanden. Erfahrungsgemäß klingen die Schmerzen in den ersten Tagen nach einer Fußoperation ab, so dass spätestens nach einigen Tagen nahezu Schmerzfreiheit vorliegt.

Sollten nach dieser Zeit wieder Schmerzen oder zunehmende Schwellungen eintreten, deutet dies auf eine Infektion oder eine zu hohe Aktivität hin, eine Nachuntersuchung ist dann erforderlich.



Hochlagerung

Der Fuß sollte in den ersten 4 Wochen nach der Operation geschont werden, d.h. in diesem Zeitraum sollten nur die notwendigsten häuslichen Verrichtungen durchgeführt werden.

Der operierte Fuß sollte möglichst so gelagert werden, dass er höher liegt als das Knie.

In den ersten 3 – 4 Wochen sollte der Fuß 3 – 4x täglich gekühlt werden. Hierzu empfiehlt sich einen mit Eis gefüllten Plastikbeutel, der in ein Handtuch gewickelt ist, zu verwenden.



Eisbeutel

Schwellungen nach einer Fußoperation sind üblich, sie können je nach durchgeführter Operation 4 – 6 Monate lang andauern.

Nachdem die Hautfäden und/oder die Kirschner-Drähte (Metallstifte), die durch die Haut ausgeleitet werden, entfernt wurden, empfiehlt sich die Durchführung von Wechselbädern mit kaltem und angenehm warmen Wasser und einigen Teelöffeln

Kochsalz als Zusatz 2x täglich für die Dauer von 10 Minuten.

Körperpflege

So lange die Hautfäden noch vorhanden sind und Kirschner-Drähte (Metallstifte) aus der Haut heraus ragen, darf kein Wasser die Haut in diesem Bereich berühren. Duschen ist möglich, wenn eine Plastiktüte über den Fuß gezogen wird und am Unterschenkel wasserdicht abgedichtet wird.



Plastikbeutel

Bewegungsübungen

Bewegung fördert die Durchblutung, vermindert die Gefahr einer Thrombose und führt dazu dass die Schwellung sich rascher zurückbildet.

Immer wieder sollten die Hüft-, Knie- und Sprunggelenke sowie die Zehen mit der eigenen Muskelkraft bis zur Schmerzgrenze bewegt werden.



Beugung Sprunggelenk aktiv



Streckung Sprunggelenk aktiv



Beugung Zehen aktiv



Streckung Zehen aktiv

Nach durchgeführter Operation sollten die Zehengrundgelenke passiv bis zur Schmerzgrenze bewegt werden.

Mit Zeigefinger und Daumen fixiert man den Mittelfußknochen. Mit dem anderen Daumen und Zeigefinger wird die Zehe unter leichtem Längszug nach oben und unten bewegt.



Streckung Großzehe passiv



Beugung Großzehe passiv



Streckung Kleinzehe passiv



Beugung Kleinzehe passiv

Belastung

Je nach durchgeführter Operation darf der Fuß vorübergehend nicht, z.B. nach Versteifung des Sprunggelenkes, zum Teil oder voll, z.B. nach einer Zehenoperation, belastet werden.

Unterschiedliche Hilfsmittel kommen zum Einsatz z.B. eine Vorfußentlastungsschule, Unterarmgehstützen oder Gipsverbände.



Vorfußentlastungsschule

Der Operateur wird nach der Operation das Vorgehen festlegen und besprechen.

Korrigierende Verbände

Nach Zehenoperationen ist es wichtig dass die Zehen 6 Wochen lang in der korrekten Position mit Hilfe von Verbänden oder Pflasterzügen gehalten werden, um eine erneute Fehlstellung zu verhindern. Sie sollten mehrmals wöchentlich gewechselt werden.



Zügelverband Zehe 1 bis 3



Pflasterverband Zehe 1 und 2 von oben



Pflasterverband Zehe 1 und 2 von unten

[illegible]

**St. Elisabeth-Hospital
Meerbusch-Lank**

Hauptstr. 74-76, 40668 Meerbusch
Tel: 0 21 50/9 17-0 | Fax: 0 21 50/9 17-111
info@rrz-meerbusch.de
www.rrz-meerbusch.de



Zertifiziert nach den Regeln der
KTQ GmbH und der proCum Cert GmbH