

PATIËNTEN INFORMATIE

Onderbeenbreuk van scheenbeen en/of kuitbeen

Onderbeenschacht fractuur

Behandeling met een sarmiento brace

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis





Deze folder geeft u informatie over de behandeling van een onderbeenbreuk. Het is belangrijk dat u deze informatie goed doorleest en de aanwijzingen precies opvolgt. Uw genezingsproces is hiervan afhankelijk.

Behandeling

De arts heeft bij u op de spoedeisende hulp de diagnose gesteld dat u een breuk in het onderbeen heeft genaamd: tibia en/of fibulaschacht fractuur. Hiervoor is er een behandelingstraject met u afgesproken.

De eerste weken van de behandeling krijgt u een circulair bovenbeengips en mag u het been niet belasten, u gebruikt krukken om te kunnen staan en lopen. Deze krukken kunt u in het ziekenhuis verkrijgen via de spoedeisende hulp of u kunt krukken lenen buiten het ziekenhuis. De gipsverbandmeester heeft een folder met informatie over het lenen van krukken buiten het ziekenhuis. De fysiotherapeut, gipsverbandmeester of verpleegkundige kan u leren onbelast te lopen met krukken.

Als u zit of ligt, leg uw been dan hoog op een kruk met één of meerdere kussens onder uw hele onderbeen, ook in bed moet uw been hoog liggen. Zorg dat uw voet hoger ligt dan de knie en de knie hoger dan de heup.

Tijdens de hele behandeling zult u regelmatig pijn hebben. Uw arts geeft u hiervoor goede pijnmedicatie. Bespreek ook wat u extra kunt innemen als u voor een polikliniekbezoek komt.

Ook spreekt de arts met u af of u bloedverdunders moet gebruiken. Als dit nodig is legt een verpleegkundige u uit, hoe u de bloedverdunders moet gebruiken.

Controle

U komt na 1-2 weken terug op de Gipskamer. Als u een controlefoto op de afdeling Radiologie moet voordat u naar de Gipskamer komt, bespreekt de arts dit met u. Hierna bespreekt u met de arts het vervolg behandeltraject.

Afhankelijk van de plaats of het type breuk komt u in aanmerking voor een onderbeen-/bovenbeengips. Deze wordt bij de Gipskamer aangelegd. Na het aanleggen van het gips bespreekt de arts met u wanneer en hoeveel u het onder-/bovenbeen mag gaan belasten. De volgorde van een polikliniekbezoek voor u is: afdeling Radiologie, behandelend arts en daarna Gipskamer.

Vervolg behandeling

U krijgt een brace, dit is een afneembare onderbeenkoker voor 4-12 weken. Door deze brace kunt u uw enkel en knie weer gaan gebruiken. Daarna komt u regelmatig terug op de Gipskamer om de brace te laten controleren op de pasvorm en komt u regelmatig terug bij de arts op de Gipskamer. De arts bepaalt wanneer er een röntgenfoto gemaakt wordt voor controle.

Onderbeenbrace

Op de Gipskamer wordt er een brace aangelegd.

- Onder de brace komt een elastische kous die doorloopt tot aan de tenen. Dit om te voorkomen dat u voet dik wordt.
- Haal de brace er nooit zelf af zonder toestemming van de arts.
- De brace moet strak zitten maar mag de doorbloeding niet belemmeren (lees de folder [Uw arm of been in gips](#), over de circulatie controle). U kunt zelf de klittenbanden aantrekken zoals u getoond is op de Gipskamer.
- Als de randen van de brace elkaar raken, dan moet u contact opnemen met de Gipskamer.
- Ook als de brace onvoldoende stevigheid biedt, mag u het been niet belasten en moet u contact opnemen met de Gipskamer.

U komt regelmatig terug op de Gipskamer om de brace te laten controleren en aan te passen als dit nodig is. Uw been kan namelijk steeds dunner worden. Door de banden steeds strakker aan te trekken blijft de druk op het onderbeen en breuk steeds hetzelfde, totdat de randen van de brace elkaar raken. Gebeurt dit tussen de controles door dan moet u eerder contact opnemen met de Gipskamer.

Bij vragen, het zakken van de brace of pijnklachten kunt u altijd eerder contact opnemen met de Gipskamer. Tijdens de controles bij de arts kan er altijd een verandering in het behandeltraject plaats vinden, dit wordt dan met u besproken.

Een aantal afspraken bij het dragen van de brace:

- U kunt het beste stevige schoenen dragen als de zwelling dit toelaat.
- Het oefenen met de bovenbeenspieren is erg belangrijk. Dit kunt u doen door op de punt van een stoel te gaan zitten en dan het been gestrekt op te tillen, dit kunt u een aantal keren per dag doen (10x).
- De beweging van de enkel is ook erg belangrijk, door bijvoorbeeld met de voet rond te draaien.
- Om zwelling van de voet te voorkomen, kunt u uw been hoog leggen. Zorg dat uw enkel en knie hoger liggen dan uw heup.

U mag het been gaan belasten

Als de arts met u afspreekt dat u het been mag gaan belasten, bespreekt hij met u een schema over het opvoeren van de belasting.

Voorbeeld schema

- 1e week vanaf het dragen van de brace 25% van uw lichaamsgewicht belasten, 2e week 50% belasten, 3e week 75% en vanaf de 4e week 100% en dus volledig belasten.
- U kunt dit meten door het percentage van u totale gewicht uit te rekenen. Daarna neemt u een personenweegschaal en drukt u met het aangedane been op de weegschaal totdat het uitgerekende

gewicht is bereikt. U voelt nu een bepaalde spierspanning in het been. U mag tijdens het lopen niet meer spanning op uw been zetten dan dat u nu voelt.

- Bouw langzaam op tijdens het lopen.
- Het is normaal dat u in het begin spierpijn heeft.
- Bij het nemen van obstakels of trappen, altijd het goede been het eerst omhoog zetten bij de trap op en pas het laatst naar beneden bij de trap af.
- In het begin heeft u nog beiden krukken nodig. Als u volledig mag belasten kunt u 1 kruk gebruiken. Houdt dan de kruk aan de gezonde kant ter ondersteuning.
- Lopen met een gips mag alleen als u er een loopzool of loopschoen onder heeft.
- Bespreek met u behandelend arts of het noodzakelijk is gebruik te maken van een fysiotherapeut zij kunnen u adviseren en instrueren.

Voor vragen of informatie

Als u nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met de Gipskamer of de Spoedeisende Hulp. U kunt de Gipskamer van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00-12.00 uur en tussen 13.00-17.00 uur bereiken via (010) 291 36 19.

Vanaf 17.00 uur, in het weekend en op feestdagen is de Gipskamer gesloten en kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp via (010) 291 35 99.

Notities



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis
Maasstadweg 21
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

