



Enkelbandletsel – brace behandeling

Traumachirurgie polikliniek

U hebt een enkelbandletsel en heeft hiervoor een drukverband of gips gekregen. Dat wordt nu vervangen door een enkelbrace. In deze folder leest u meer over de brace behandeling.

Voorgestelde behandeling

Het drukverband of gips om uw enkel wordt vervangen door een enkelbrace zodat u beter kunt bewegen. De brace ondersteunt en beschermt uw enkelband, zodat deze goed kan herstellen.



Meenemen

Wilt u de volgende spullen meenemen naar het ziekenhuis?

- Uw patiëntenpas.
- Stevige schoen.
- Dunne sok

Melden

Kom op de dag en het tijdstip die met u zijn afgesproken naar de gipskamer. U hoeft zich niet te melden. Neem plaats in de wachtruimte van de gipskamer.

Hoe verloopt de behandeling?

De gipsverbandmeester verwijdert het gips- of drukverband en kijkt of de zwelling is afgenomen. Dan legt de gipsverbandmeester de brace aan. De brace loopt ongeveer tot 15 cm boven de enkel. De brace moet over een dunne sok gedragen worden in combinatie met een stevige schoen.

Naar huis: waar moet u op letten?

U mag meteen na het aanleggen van de brace naar huis. Neem iemand mee voor het vervoer. De eerste dagen kan uw enkel nog wat dik worden. Leg uw been regelmatig hoog, bijvoorbeeld op een andere stoel.

Leefregels

- U kunt gewoon lopen, zonder krukken.
- Loop de hele dag met de brace in een stevige schoen. Wikkel uw voet goed af. Loop niet op ongelijk terrein.
- Tijdens het douchen en slapen mag de brace af.
- De eerste 4 tot 6 weken kunt u niet sporten.
- Als u met de brace goed kunt lopen, in een stevige schoen zonder krukken, mag u weer autorijden en fietsen.



Wanneer contact opnemen?

Er kunnen zich onverhoopt klachten voordoen. Hebt u een van de volgende klachten, neem dan contact op met de polikliniek Traumatologie, tel.: (0570) 53 50 60. Bij dringende problemen buiten kantooruren belt u met de Spoedeisende Hulp, tel.: (0570) 53 53 00.

- Toenemende pijn en zwelling; indien dit niet overgaat bij het hoog houden van de voet.
- Als u de situatie niet vertrouwt.

Controle op de polikliniek

2 weken nadat de brace is aangelegd krijg u nog een keer een telefonisch consult. De gipsverbandmeester belt u en kan u dan nog adviezen geven. Indien nodig komt u nog een keer voor controle op de gipskamer of bij de arts. De brace draagt u 2 tot 4 weken continue. Daarna kan het lopen met de brace worden afgebouwd. Hierover krijgt u de instructies van de gipsverbandmeester. Download alvast de 'versterk je enkel app'.

Vragen/verhinderd?

Hebt u na het lezen van deze informatie vragen? U kunt dan bellen op werkdagen van 8.00 tot 17.00 uur naar de polikliniek Traumatologie, tel.: (0570) 53 50 60. Bent u onverwacht verhinderd? Geef dit dan tijdig door.

Meer informatie

Uw rechten en plichten. Kent u ze?

Wij doen er alles aan om u de beste zorg en behandeling te geven. Dat doen we samen met u. Voor zowel u als de zorgverlener zijn er rechten en plichten. Het is belangrijk dat u ze kent. Bijvoorbeeld wat mag ik van mijn zorgverlener verwachten? Waar kan ik mijn medische gegevens inzien? Wat houdt het recht op privacy in? U leest ze op www.dz.nl/rechtenenplichten.

Algemene contactgegevens

Deventer Ziekenhuis
Nico Bolkesteinlaan 75
7416 SE Deventer

Tel. nr.: 0570 53 53 53
info@dz.nl
www.dz.nl