

ENKELOPERATIE BIJ EEN GEBROKEN ENKEL

Inleiding

Deze folder geeft u informatie over de behandeling van de enkelbreuk. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

De enkel

De enkel is het verzamelwoord dat wordt gevormd door de uiteinden van onder andere de twee onderbeenbotten. Namelijk het kuitbeen en het scheenbeen.

De breuk

Bij een breuk van de enkel is meestal het bot aan de onderkant van het scheen- of kuitbeen kapot. Of u een gipsbehandeling krijgt, een operatie ondergaat, of een combinatie van beiden, hangt af van de plek waar uw been gebroken is. Ook kijkt de dokter naar de stand van de botdelen. Behalve een beschadiging van het bot is er ook altijd beschadiging aan pezen, spieren en eventueel vaten en zenuwen.

Behandeling

Wij kiezen samen met u voor een operatie wanneer:

- De botstukken teveel zijn verplaatst.
- Een behandeling met gips niet voldoende is.

Bij een operatie plaatst de dokter schroeven met of zonder plaatje op uw enkel. Dit doet de dokter zodat uw botdelen in de goede stand aan elkaar zitten. Hierna maakt de dokter een röntgenfoto om te controleren of de juiste stand is bereikt.

Rondom de operatie

Voordat wij u kunnen opereren, moeten we een aantal dingen regelen. Het is voor ons belangrijk om te weten welke medicatie u gebruikt en of u verder helemaal gezond bent. Om die reden vragen wij u meerdere keren naar uw (mogelijke) allergieën en medische voorgeschiedenis.

De dokter legt u uit dat wij u gaan opereren en hoe de operatie verloopt. U krijgt dan een afspraak bij de anesthesist. Dit is de dokter die kijkt of u medisch gezien verantwoord geopereerd kunt worden en welke verdoving het beste past bij u. Als u

vragen heeft over de verdoving, kunt u uw vragen stellen aan deze dokter. Wanneer u naar huis gaat, laten wij u zo snel mogelijk weten wanneer wij u gaan opereren. Dit doen wij per brief of via de telefoon.

Tijdens de operatie

Op de operatietafel beslist de opererende dokter definitief welke operatie wij uitvoeren bij uw breuk. Dit omdat de dokter na het openleggen van de breuk een precies beeld heeft van de de breuk. Daardoor kan de dokter goed beoordelen wat voor schade er is aangericht. Beschadigingen aan bijvoorbeeld uw enkelband, zijn namelijk niet zichtbaar op een röntgenfoto.

Gips

Vanaf de Gipskamer of Spoedeisende Hulp heeft u een gips gekregen. Zo krijgt uw been genoeg rust. Om uw been in de nacht rust te geven, moet u het voeteinde verhogen door een verhoging onder het matras te leggen. Het is belangrijk dat:

- Uw enkel hoger ligt dan uw knie.
- Uw knie hoger ligt dan uw heup.

Dit is belangrijk om te zorgen dat de enkel niet te dik wordt. Wanneer de enkel te veel gaat zwellen, kan het zijn dat de operatie wordt uitgesteld. Wanneer er te veel vocht in de enkel zit, geeft dit extra problemen bij het sluiten van de huid na de ingreep. U kunt hierbij denken aan een infectie, moeilijk helende wond en een lelijk litteken.

Pijnstilling

Voor de pijn maakt u gebruik van Paracetamol. Wij adviseren u vier keer per dag twee tabletten van 500 milligram te nemen. U doet dit eventueel in combinatie met het aanvullende recept voor pijnmedicatie wat u heeft gekregen van de Spoedeisende Hulp-arts.

Bij een vermoeden van botontkalking kunt u door ons worden doorverwezen naar de polikliniek Osteoporose. Dit onderzoek kan worden gedaan bij volwassenen van 50 tot 70 jaar.

Na de operatie naar huis?

Afhankelijk van de breuk en de uitgevoerde operatie mag u wel of niet direct naar huis wanneer de verdoving is uitgewerkt. De dokter van de afdeling informeert u hierover voor en/of na de operatie. U kunt aan deze dokter uw vragen stellen wanneer u die na de operatie heeft.

Met ontslag

Wanneer u met ontslag mag kan het zijn dat er nog een verband om het been zit. Het verband mag u na twee dagen verwijderen. De eventuele hechtingen kunnen door de huisarts worden verwijderd na tien tot veertien dagen. U kunt de hechtingen ook laten verwijderen tijdens het controlebezoek aan de Polikliniek.

Ook is het mogelijk dat u gips krijgt om de wond rust te geven. Na ongeveer veertien dagen komt u dan op de gipskamer voor wond en hechtingen verwijderen. Een enkele keer beslist de dokter voor 6 weken nabehandeling met gips. In principe mag het been gedurende 6 weken niet belast worden mits de dokter anders bepaald.

Douchen mag als u geen gips heeft, maar alleen als de wond goed dicht is. Spoel met de douchekop de enkel nog een keer extra af zodat eventuele zeepresten niet in de wond kunnen achterblijven.

Douchen

Na het douchen de wond goed droogdeppen en aan de lucht laten drogen. Natte wondranden kunnen een beetje open gaan staan wanneer er tegen aan wordt gestoten of wanneer u zich stoot. Kijk hiervoor extra uit.

Zwellingen

Zwelling is een vervelende bijkomstigheid na een breuk welke langdurig kan blijven bestaan. Er is in de enkel veel gebeurd en het lichaam reageert hierop door extra vocht aan te maken. Doordat u met uw been minder doet, zakt het vocht naar de enkel en tenen. Daar hoopt het vocht zich op.

Houd uw been goed hoog de eerste weken en wanneer u merkt dat uw been opzwellt let dan op:

- Heeft u te veel gedaan? Neem extra rust.
- Heeft u het been veel laten hangen? Been omhoog.

De zwelling kan ook gaan uitzakken naar voet en tenen. Probeer met regelmaat de tenen te bewegen. Hierdoor wordt de bloeddorstrooming iets geoptimaliseerd en kan het vocht beter door het lichaam worden afgedreven.

Verdere adviezen

- Vooral de eerste week het been voldoende rust geven. Houd de voet hoger dan de knie en de knie hoger dan de heup, zodat de zwelling kan afnemen.
- Door de zwelling kan het gevoel in de enkel, voet en tenen tijdelijk anders aan voelen.
- U moet er rekening mee houden dat u na de operatie nog een tijd nodig heeft, voordat u de enkel weer redelijk goed kunt gebruiken. De enkel is stijf en u moet oefenen. Het duurt minimaal drie maanden voordat u uw enkel normaal en pijnvrij kunt gebruiken. Soms kan fysiotherapie nodig zijn.
- Pijn of een trekkend gevoel op de plaats van de breuk is meestal niet verontrustend. De spieren en de rest van het weefsel in het been is ook aangedaan en herstelt zich.
- Door de bloeduitstorting kleuren uw tenen blauw, dit is niet verontrustend.
- De temperatuur van uw voet/tenen kan veranderen. Indien hierbij ook uw tenen wit worden, kan dit wel verontrustend zijn.

Wanneer de polikliniek bellen?

- Uw tenen gaan tintelen of worden dik, ondanks het goed hooghouden en de oefeningen.
- U kunt uw tenen niet of nauwelijks bewegen.
- Het gevoel in uw been vermindert of verdwijnt helemaal.
- U koorts ontwikkelt (boven de 38 graden).
- De wond niet goed geneest of problemen geeft.

Tot slot

Het is niet toegestaan om met een been dat nog niet volledig is hersteld een auto of ander voertuig te besturen. U bent dan niet verzekerd en dus in overtreding voor de wet.

Vragen

Het kan zijn dat u na het lezen van deze folder nog vragen heeft. U kunt de Gipskamer dan gerust bellen:

- **Franciscus Vlietland**

Maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 16.30 uur

Telefoonnummer: 010 – 893 1931

Spoed: 010 – 893 0100

- **Franciscus Gasthuis**

Maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 16.30 uur

Telefoonnummer: 010 – 461 6163

Spoed: 010 – 461 6720