

Tapeverband

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

**albert
schweitzer**

Inleiding

U heeft een tapeverband om uw enkel gekregen om uw enkelbanden te ondersteunen bij het lopen. In deze folder geven wij u adviezen over het dagelijks leven met een tapeverband.

Het tapeverband

Drooghouden

De tape mag niet nat worden. U kunt het tapeverband niet zelf vervangen. Wanneer een nat verband te lang op uw huid zit kan dit huidirritatie veroorzaken.

Tijdens het douchen kunt u uw been op een krukje leggen, buiten de waterstraal. We adviseren u geen plastic zak om uw been te doen. De zak geeft condensvorming waardoor het verband vochtig wordt. Als u in bad wilt, legt u dan uw been op de rand. U kunt niet zwemmen met een tapeverband.

Bewegen

Het is belangrijk dat u uw normale looppatroon handhaaft. Bij het lopen moet u uw voet 'afwikkelen'. Dit wil zeggen dat u eerst uw hak neerzet en vervolgens de rest van uw voet tot uw tenen. We adviseren u veterschoenen zonder hak te dragen.

Bij het traplopen moet u uw hele voet op een trede zetten. Als u alleen uw tenen op de trede zet, geeft dit een te grote belasting op uw enkel.

Lichamelijke inspanning

Met een tapeverband kunt u veel dagelijkse activiteiten in een rustig tempo uitvoeren. U kunt met een tapeverband in een rustig tempo fietsen. Sport en krachtinspanning worden afgeraden.

U kunt beter niet te lang staan. Als u lang achter elkaar staat, raakt uw enkel overbelast. We raden u daarom aan regelmatig te gaan zitten.

De gipskamer waarschuwen

Als u last krijgt van onderstaande klachten, belt u direct met de gipskamer van het ziekenhuis.

- Als de pijnklachten toenemen.
- Als de zwelling van uw tenen toeneemt, ook nadat u uw been een uur lang hoog op een kruk heeft laten rusten.
- Als u geen of een vreemd gevoel in uw tenen hebt zoals tintelen, kloppen of een 'doof' gevoel'.
- Als uw tenen een abnormale verkleuring vertonen.

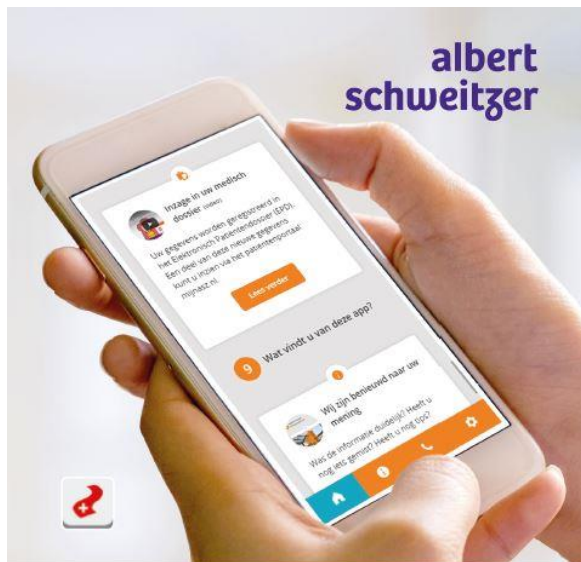
Tot slot

Heeft u vragen of problemen? Bel dan gerust van maandag t/m vrijdag tussen 08.00-16.30 uur naar het centrale telefoonnummer van het ziekenhuis, tel. (078) 654 11 11. U kunt zich laten doorverbinden met de gipskamer van de locatie waar u onder behandeling bent.

Buiten deze tijden kunt u bellen naar de afdeling Spoedeisende Hulp van locatie Dordwijk, tel. (078) 652 32 10.

Behandelpadapp

Download de gratis app 'Patient Journey'. Accepteer de push notificaties en zoek bij zorginstelling naar 'Asz Behandelpad'. Daarna kiest u bij behandeling voor Gipskamer en druk op start.



Download onze app

Gipskamer

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest/

Albert Schweitzer ziekenhuis
november 2020
pavo 0283