

Metallfjerning

Hvilket inngrep er utført: Vi har nå fjernet metallet (skruer/plate/nagle o.l.) som tidligere var operert inn.

Etter operasjon: De første 2-3 dager skal du det meste av dagen sitte med foten høyt. Dette reduserer smerte og hevelse. Deretter kan du ha foten mer og mer ned alt etter hva smertene tillater.

Ved tegn til infeksjon skal ortopedisk avdeling 5G kontaktes på telefon 51 51 91 80. Tegn på infeksjon mens du bruker gips er en eller flere av følgende: feber, siving gjennom gips, økende smerter.

Belastning og bevegelse: Så sant ikke annet er sagt til deg av den som opererte deg kan du bruke den opererte armen/foten/beinet som før operasjonen. Det eneste du skal ta hensyn til er såret som trenger noe ro de første 2 ukene. Dersom det er vondt å belaste kan du bruke krykker noen dager. Det er i utgangspunktet ikke behov for fysioterapi, men dersom du føler at bevegelsen/balansen/styrken er dårlig kan du bestille time direkte hos ønsket fysioterapeut. Det er ikke behov for henvisning fra lege.

Smertestillende: Dersom nødvendig får du resept (elektronisk) på smertestillende i form av Paracet og tramadol. Det skal brukes på følgende måte:

- Paracet 500 mg. 1-2 tbl inntil 4 ggr daglig
- Tramadol 50 mg, 1 tbl inntil 3 ggr daglig. Denne tabletten tar du dersom Paracet ikke er tilstrekkelig. OBS rød trekant og må ikke kombineres med bilkjøring.

Kontroll: Dersom du har sting som skal fjernes gjøres dette hos fastlege 2-3 uker etter operasjonen. Du må selv bestille time til dette. Det er ikke vanlig med kontroll hos ortoped. Dersom vedvarende plager etter 3-6 måneder kan du be fastlegen din henvise deg på ny.

Sykemelding: Avhenger av yrke. 0-2 uker.

Rehabiliteringstid: Det er viktig å ha tålmodighet. Smertene bruker å roe seg i løpet av de første 1-2 ukene.