

Achillespeestape

Uw arts en de gipsverbandmeester hebben u al het een en ander verteld over de aandachtspunten bij het hebben van een tapeverband. In de folder zijn de belangrijkste punten op een rijtje gezet, zodat u ze thuis nog eens rustig door kunt lezen.

Aandachtspunten tape

- Het tapeverband moet droog blijven. Indien het nat wordt, verliest de tape zijn functie en kan de huid kapot gaan of gaan smetten. Er zijn speciale douchehoezen te verkrijgen via de zorgwinkel in het ziekenhuis (in de Laan), bij uw apotheek en/of thuiszorgwinkel, bij de Blokker of online. Natuurlijk kunt u ook douchen met een goed afgeplakte plastic zak.
- Indien u flink jeuk ervaart onder de tape, neemt u dan contact op met de gipskamer.
- Het tapeverband zal ongeveer om de 14 dagen vernieuwd worden om de functie van het verband optimaal te houden (daarnaast zal de stand van de enkel in de tape elke keer wat aangepast worden om de achillespees op juiste lengte te laten herstellen).

Achillespeestape

De eerste week na uw operatie heeft u een gipsverband in spitsstand. Binnen 7 tot 10 dagen komt u op de gipskamer. De wond wordt gecontroleerd en eventuele hechtingen kunnen verwijderd worden. Daarna krijgt u een tapeverband. Met dit tapeverband wordt u tot 6 weken na de operatie behandeld. In tape is het de bedoeling dat u langzaam uw belasting opvoert. U mag NIET belasten op uw tenen, maar altijd op de platte voet. Bij het belasten op uw tenen zorgt u juist voor een verhoogde spanning op de achillespees; de zogenaamde piekbelasting.

Piekbelasting van de achillespees treedt onder andere op bij:

- het op de tenen lopen
- grote passen nemen
- snel traplopen
- op tenen staan
- op de hiel staan

U moet tot 3 maanden na de operatie voorzichtig zijn met piekbelastingen.

Tape week 1 en 2

Met de eerste tape probeert de gipsverbandmeester de enkel al iets uit de spitsstand te halen. Toch staat deze tape nog in spitsstand (de voet hangt dan flink naar voren, er zit dan minimale trekkracht op de pees). Als uw voet in spitsstand staat is het bijna niet mogelijk deze te belasten. U kunt de voet namelijk niet plat op de grond krijgen. Om dit probleem op te lossen, wordt er een hakverhoging in de tape verwerkt. Daardoor kunt u de voet wel plat op de grond laten rusten. U moet deze eerste 2 weken in de tape met twee krukken belasten opbouwend naar 50% van uw lichaamsgewicht. U mag zoveel belasten als de spanning in uw kuit toelaat, een scherpe stekende pijn is niet goed.

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

32082917

www.meandermc.nl

Tape week 3 en 4

De tape wordt vernieuwd en de spitsstand wordt weer verminderd door de hakverhoging te verkleinen. De spanning in de pees wordt langzaam verhoogd door de pees wat op te rekken. Hoe minder hoog de hakverhoging, hoe normaler u kunt belasten.

Deze weken mag u uw looppatroon weer proberen te normaliseren de belasting weer wat opvoeren.

Tape week 5

Uw voet staat in een 90 graden hoek (plantigraad) in de tape. U heeft geen hakverhoging meer en uw achillespees is weer opgerekt naar de normale lengte. Deze week mag u 100% belasten, dus belasten zonder krukken.

Tijdens het belasten is het raadzaam uw eigen schoeisel dragen. Bij voorkeur stevig schoeisel dat nauwsluitend om uw voet/enkel zit en een rigide zool heeft.

Contact

Als u twijfelt of vragen heeft, kunt u altijd contact opnemen met de gipskamer. De gipskamer is telefonisch bereikbaar op werkdagen via het algemene telefoonnummer van Meander Medisch Centrum: 033 - 850 50 50 (vraagt u naar de gipskamer). Indien u op korte termijn gezien/geholpen wilt worden, raden wij u aan om tussen 08.00 uur en 09.00 uur contact op te nemen.

jan_2016