

PATIENTINFORMATION

FOTLEDSARTROSKOPI

SÅR OCH FÖRBAND

Efter fotoperationen går du hem med fotförband. Förbandet skall hållas torrt och rent. Duscha med inplastat förband.

Högläge av foten minskar svullnad och smärta, undvik att sitta med foten hängande. De första 2 dygnet efter fotkirurgi bör foten vara i högläge när möjligt. Högläge innebär att foten ska vara placerad ovanför hjärtats höjd.

REHABILITERING

Du får belasta på foten med eller utan kryckor, enligt ordination från din ortoped. Du behöver ofta träna rörlighet, balans, styrka och träna på ett bra och jämnt gångmönster.

ÖVRIG INFORMATION

Svullnad efter fotledsartroskopi är vanligt, upp till 3 månader.

Komplikationer efter kirurgi förekommer. Ibland blöder det igenom bandaget under första dygnet. Närmast såret sitter ett förband som håller såret torrt så den blödning du ser i förbandet skadar inte såret. Mer sällan blir det en infektion i såret, vilket då visar sig som rodnad, svullnad och ökande vätskeläckage. Det brukar man behandla med antibiotika i tablettform.

INFORMATION TILL BEHANDLANDE FYSIOTERAPEUT

Rehabiliteringen för fokuseras initialt på minskad svullnad, smärta och på att återfå rörlighet, samt ett normalt gångmönster.