

Duschen und Baden

Bis zum Entfernen der Hautfäden darf der operierte Fuß nicht nass werden. Daher sollte der Fuß während des Duschens mit einem Plastiksack abgedeckt und dieser wasserdicht (zum Beispiel mit Klebeband) verschlossen werden. Nachdem die Wundfäden entfernt wurden, können Sie den Fuß wieder normal duschen. Nach vier Wochen ist es wieder erlaubt, zu baden. Dennoch sollte der Fuß auch dann noch nicht für längere Zeit im Wasser verbleiben.

Sollten Drähte aus den Zehen herausragen, muss der Fuß bis zum Entfernen der Drähte beim Duschen abgedeckt werden. Auf das Baden sollten Sie die gesamte Zeit bis zur Entfernung der Drähte verzichten.

Saunieren / Sonnen / Narbensalben

In den ersten sechs Wochen nach der Operation sollten Sie auf das Saunieren verzichten. Die Operationsnarbe sollte sechs Monate vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt werden. Wenn Sie eine Narbensalbe verwenden möchten, können Sie ab der dritten Woche nach der OP bei geschlossenen Wunden damit beginnen.

Arbeitsfähigkeit

Die Dauer der Arbeitsunfähigkeit hängt von Ihrer Operation sowie der Art Ihrer Arbeit ab und wird daher individuell festgelegt. Bei sitzenden Tätigkeiten können Sie theoretisch nach Entfernung der Hautfäden die Arbeit wieder aufnehmen, sollten den Fuß aber möglichst noch hochlagern, zum Beispiel auf einen Stuhl.

Das Autofahren ist mit dem Therapieschuh oder -Stiefel nicht gestattet.

Sprechstunden & Kontakte

Sprechstunde Fuß und Sprunggelenk
Mittwoch von 8.00 bis 14.00 Uhr
(Nach Überweisung eines Facharztes)

Terminabsprache

Tel.: 0221 94071-239
Fax: 0221 94071-470
Mail: ambulanzen-koeln@sana.de

Privatsprechstunde

Termine nach Vereinbarung

Terminabsprache

Sekretariat: Ina Straßburger / Simone Drees
Tel.: 0221 94071-285
Fax: 0221 94071-291
fusszentrum-koeln@sana.de



Dr. med. Lars Goebel
Chefarzt Klinik für Fuß- und
Sprunggelenkchirurgie

Foto: Michael Mutzberg



Jörg von Olberg
Leitender Oberarzt Klinik für
Fuß- und Sprunggelenkchirurgie

Foto: Stefan Mülders



Dr. med. Christine Dommers
Oberärztin Klinik für Fuß- und
Sprunggelenkchirurgie

Foto: Stephan Hubrich

Ihr Weg zu uns



Sana Dreifaltigkeits-
Krankenhaus Köln



Klinik für Fuß- und Sprunggelenkchirurgie

Wie geht es weiter nach Ihrer Fuß- oder Sprunggelenk- Operation?



Sana Dreifaltigkeits-
Krankenhaus Köln

Aachener Straße 445-449
50933 Köln
Tel. 0221 / 94071-0
info-koeln@sana.de
www.sana.de/koeln



Zentrum für Fuß- und Sprunggelenkchirurgie
der Maximalversorgung
Information für Patientinnen und Patienten

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie wurden von unserem hochspezialisierten Team an Ihrem Fuß und/oder Sprunggelenk operiert. Mit dieser Broschüre möchten wir Sie über die wichtigsten Punkte in der Nachbehandlung Ihrer Operation informieren.

Bei jeder Operation setzen wir unser ganzes Wissen und Können ein, um für unsere Patientinnen und Patienten ein optimales Ergebnis zu erzielen. Dazu verwenden wir etablierte OP-Techniken, um ein individuell auf Sie abgestimmtes, optimales Vorgehen zu ermöglichen.

Manchmal bleiben aufgrund der Fülle von Informationen und Eindrücken während Ihres Aufenthaltes Fragen zur Nachbehandlung nach der Operation offen.

Am Entlassungstag erhalten Sie einen Brief für Ihren weiterbehandelnden Arzt, in dem die weitere Behandlung genau beschrieben wird. Unsere Broschüre soll Ihnen zusätzlich helfen, die häufigsten Fragen zu beantworten und mögliche Unsicherheiten zu klären.

Für weitere Fragen stehen wir selbstverständlich jederzeit persönlich zur Verfügung und bedanken uns für Ihr Vertrauen.

Ihr
Dr. med. Lars Goebel
Chefarzt der Klinik für Fuß- und Sprunggelenkchirurgie

Schmerzen und Schwellungen

Nach einer Fußoperation klingen Schmerzen erfahrungsgemäß innerhalb von ein bis zwei Wochen weitgehend ab. In den ersten Tagen nehmen Sie zur Unterstützung die Ihnen verordneten Schmerzmittel ein. Zusätzlich können Sie selber durch das Einhalten einiger Regeln den Verlauf positiv beeinflussen.

Durch konsequentes Schonen und Hochlagern, insbesondere in den ersten zwei Wochen, lassen sich eine Schwellung des Fußes und damit auch Schmerzen reduzieren. Dies bedeutet, dass Sie nur die nötigsten Gänge (zum Beispiel zur Toilette) erledigen und ansonsten den Fuß im Liegen, beispielsweise auf einem Kissen, hochlagern sollten. Spannungsgefühle werden so deutlich reduziert. Ein möglicherweise aufgetretener Bluterguss sowie Wundflüssigkeit können besser abtransportiert werden.

Ebenfalls kann der Fuß zwei bis drei mal täglich für ca. zehn Minuten gekühlt werden. Hierbei sollte das Cool-Pack oder der Eisbeutel nicht direkt auf die Haut gelegt werden, sondern in ein Handtuch gewickelt sein.

Insgesamt können Schwellungszustände am Fuß noch vier bis sechs Monate nach der Operation bestehen. Besonders auf das Rauchen sollte in diesem Zeitraum konsequent verzichtet werden.



Foto: lassedesignen - stock.adobe.com

Operationswunden / Hautfäden / Kirschner-Drähte

Die Operationswunden am Fuß sollten nach der Entlassung aus dem Krankenhaus regelmäßig von einem Arzt/ einer Ärztin bis zum Entfernen der Fäden kontrolliert werden. Eine regelrechte Abheilung der Wunden ist wichtig, um den Eintritt von Bakterien und somit eine Infektion zu vermeiden.

Bei nässenden oder blutenden Wunden sollten die Verbandswechsel mit Kompressen erfolgen, bei trockenen Wunden sind Pflaster ausreichend.

ACHTUNG

Sollte es zu Austritt von Eiter aus der Wunde oder einer vermehrten Rötung und Überwärmung sowie Fieber kommen, stellen Sie sich bitte umgehend in unserer Ambulanz vor oder suchen Sie Ihre/-n behandelnde/-n Arzt/Ärztin vor Ort auf.

Die Hautfäden werden 12-14 Tage nach der Operation entfernt. Die blauen Fäden lösen sich nicht auf und müssen vollständig gezogen werden. Die gelblichen/ durchsichtigen Fäden lösen sich auf, hier müssen nur die Knotenenden abgeschnitten werden. Über die Art des Nahtmaterials, das verwendet wurde, informieren wir nach der Operation und Sie finden diese Information auch in Ihrem Entlassbrief.

Sollte bei Ihrer Operation das Einbringen von Drähten in die Zehen notwendig gewesen sein, die aus den Zehen heraus zu sehen sind, bitten wir Sie, diese Drähte/Pins regelmäßig zu pflegen. Eine Anleitung dazu erhalten Sie von uns vor Ihrer Entlassung. Die Drähte werden ca. sechs Wochen nach der Operation von Ihrem/Ihrer behandelnden Arzt/Ärztin oder uns entfernt. Dies ist für gewöhnlich nicht schmerzhaft! Sollte sich zwischenzeitlich die Lage des Drahtes ändern, bitten wir Sie ebenfalls, sich bei uns oder bei Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin vorzustellen.

Belastung

Wie Sie den operierten Fuß belasten dürfen, hängt von der Art Ihrer Operation ab. Dies besprechen wir mit Ihnen vor und nach der Operation. Bei Vollbelastung dürfen Sie den operierten Fuß im Therapieschuh /-Stiefel voll belasten, aber zur Sicherheit gerne auch Stöcke zu Hilfe nehmen.

Bei Teilbelastung dürfen Sie den operierten Fuß mit Gehhilfen nur reduziert belasten. Hierzu erhalten Sie während Ihres stationären Aufenthaltes eine Anleitung durch unser physiotherapeutisches Team.

Thromboseprophylaxe

Thrombosen und Lungenembolien treten nach Fußoperationen selten auf, stellen jedoch eine schwerwiegende Komplikation dar. Daher ist eine Thromboseprophylaxe sehr wichtig. Bis zur abgeschlossenen Wundheilung, beziehungsweise bis Sie den Fuß wieder voll belasten können, sollte eine medikamentöse Thromboseprophylaxe meist in Form von Spritzen erfolgen. Gleichzeitig können Sie durch einige Übungen einer Thrombose vorbeugen. Beispielsweise können Sie mit den Beinen „in der Luft Fahrrad fahren“ und mehrmals täglich das Sprunggelenk auf- und abbewegen, um die Muskelpumpe im Unterschenkel zu aktivieren.