

FYSIOTHERAPIE
REVALIDATIE
ORTHOPEDIE &
TRAUMATOLOGIE

Fysiotherapie na ingrepen aan de voet

F15



HET VAN WEEL-BETHESDA ZIEKENHUIS

Hoofdlocatie:
Stationsweg 22
3247 BW Dirksland

vanweelbethesda.nl
mijn.vanweelbethesda.nl
0187 60 73 00

De volgende informatie is voor mensen die de voet of aan de enkel zijn geopereerd, al dan niet na een breuk. De arts bepaalt of u op de voet mag staan. Als u mag belasten op geleide van de pijn, laat dan meewegen of u pijnstillers gebruikt. De verdoving van de operatie moet dan helemaal uitgewerkt zijn voor u op de voet gaat staan!

Algemeen

- Houd de voet zo veel mogelijk hoog zolang deze dik is, of verkleurt bij hangen.

Oefenen

Om de gewrichten soepel te houden en de spieren niet te veel kracht te laten verliezen zijn de volgende oefeningen zinvol. Bouw het aantal herhalingen op en oefen minimaal vijf maal per dag.

Oefeningen

Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis is
onderdeel van:



CURAMARE

Ouderenzorg - Thuiszorg - Ziekenhuiszorg