

## Drukverband

U bent op de afdeling Spoedeisende Hulp onderzocht na een ongeval. Na onderzoek en/of röntgenfoto's blijkt dat er niets is gebroken. Wel blijken de gewrichtsbanden uitgerekt of er is een kneuzing geconstateerd.

De behandeling is in beide gevallen hetzelfde: Een drukverband ter ondersteuning en voor vermindering van de zwelling. U mag ook koelen met cold packs of ijsklontjes in een handdoek over het drukverband heen.

Met dit drukverband mag u naar huis. In deze folder krijgt u advies hoe om te gaan met het drukverband en de bewegingsoefeningen. Er is een aantal specifieke adviezen voor arm, been, enkel en knie. Lees deze adviezen goed door.

### Algemeen advies

- Het drukverband mag niet nat worden. Bescherm dit tijdens het douchen met een waterdichte hoes.
- Zolang u een drukverband heeft mag u geen auto besturen (i.v.m. verzekering).
- Over elleboogkrukken, waterdichte hoezen en eventuele anti-jeuk spray, kunt u bij de medewerkers van de Spoedeisende Hulp informatie krijgen.
- U krijgt van de arts informatie over de pijnstillers die u mag gebruiken.

### Advies bij drukverband aan hand, pols of elleboog

- Uw arm niet belasten. Om zwelling en stuwing te voorkomen houdt u de eerste dagen uw arm zoveel mogelijk hoog. Hiervoor heeft u een mitella gekregen die u 2 tot 3 dagen moet dragen.
- 's Nachts hoeft u de mitella niet om te houden. Leg uw arm dan op een kussen. Uw hand moet hierbij wel hoger liggen dan uw elleboog.
- U mag geen ringen of armbanden dragen. Deze kunnen gaan knellen bij een zwelling.
- De arts heeft u persoonlijk verteld hoe lang u het drukverband om moet houden. Meestal is dit ongeveer 5 dagen.

### Oefeningen

Doe de volgende oefeningen een aantal keer per dag en minstens 10 keer achter elkaar:

- 3 tellen een vuist maken, daarna 3 tellen uw vingers strekken (als deze niet zijn verbonden).

- Buig en strek de elleboog (als deze niet is verbonden).
- Maak draaibewegingen met uw pols (als deze niet is verbonden).
- Draai rondjes met uw schouder. Ga iets voorover staan en maak bewegingen alsof u door een grote pan roert.

### **Advies bij drukverband aan knie, enkel of been**

- De arts heeft u persoonlijk verteld hoe lang u uw been niet mag belasten en hoe lang u het drukverband moet laten zitten (dit zal maximaal 5 dagen zijn).
- Rust veel, leg uw been hoog, dat betekent:
  - uw enkel hoger dan de knie.
  - uw knie hoger dan het bekken.
- Leg 's nachts een kussen onder het voeteneinde van uw matras.
- Gebruik elleboogkrukken als u zich verplaatst.

### **Oefeningen been**

- Buig en strek de tenen (telkens 3 tellen vasthouden).
- Til het gestrekte been (3 tellen vasthouden) en laat het langzaam weer zakken.
- Buig en strek de knie (als deze niet is verbonden).

### **Oefeningen enkel**

- Buig en strek regelmatig uw tenen.
- De voet moet in een rechte hoek van 90 graden staan. Trek uw tenen daarom regelmatig naar uw neus toe.

### **Speciale aandachtspunten bij drukverband enkel**

De vierde dag mag u weer steunen op uw enkel. Gaat dit goed? Dan mag u de volgende dag het verband verwijderen. U mag uw enkel nu weer normaal belasten, maar draag goede, stevige schoenen!

Blijft u echter klachten houden aan uw enkel: rust veel en maak gebruik van elleboogkrukken. Na ongeveer 10 dagen vindt er een controle plaats. Op dat moment beslist de arts of er een tapeverband aangelegd wordt. Dit is meestal voor twee weken.

### **Controle op de polikliniek**

U maakt zelf een afspraak voor een controle op de polikliniek Chirurgie. Maak deze afspraak zo snel mogelijk, liefst op de dag van uw bezoek aan de Spoedeisende Hulp.

Wanneer contact opnemen met Spoedeisende Hulp? Wanneer het drukverband zodanig knelt dat uw vingers of tenen: dikker worden, verkleuren, kouder worden, tintelen, pijnlijk gespannen of gevoelloos worden, ook na een periode van rust en hoogleggen, dan moet u het drukverband opnieuw, maar iets

minder strak, verbinden. Blijven de klachten aanhouden, neem dan contact op met de Spoedeisende Hulp.

### **Vragen?**

Neem dan contact op met de afdeling Spoedeisende Hulp. U kunt hiervoor het algemene nummer van het ziekenhuis bellen. Vraag dan of u doorverbonden kunt worden met de betreffende afdeling en locatie. Algemene telefoonnummer Amphia Ziekenhuis: (076) 595 1000.

Meer lezen over spoedeisende hulp in Amphia?

[Ga naar afdeling SEH \(https://www.amphia.nl/afdelingen/seh\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/seh)