

Merkblatt für Patienten nach einer Vorfussoperation (Zehenbereich)

Bitte beachten Sie nach dem Eingriff nachfolgende Punkte. Sie leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Wundheilung.

Aufstehen: Wenn Sie nach der Operation das erste Mal aufstehen, werden Sie von Fachpersonen aus der Pflege oder Physiotherapie begleitet und unterstützt. Halten Sie sich an die Vorgaben von Arzt, Pflege und Therapien.

Belastung mit Spezialschuh: In der Regel dürfen Sie den betroffenen Fuss nach der Operation mit dem Spezialschuh belasten. Voraussetzung ist, dass Sie dabei keine zusätzlichen Schmerzen verspüren. Tragen Sie diesen Spezialschuh immer wenn Sie das Bett verlassen.

Gehstöcke: Benutzen Sie zur Sicherheit und zur Schmerzlinderung die Stöcke. Tragen Sie auf der Gegenseite einen festen Schuh. Vermeiden Sie zu starke Schmerzirritationen. Regelmässiges kurzes Gehen fördert die Durchblutung und beugt Komplikationen vor. Lange Spaziergänge sind zu Beginn nicht sinnvoll. Bei Fragen oder Problemen helfen Ihnen die Physiotherapeuten gerne weiter.

Hochlagern: Lagern Sie den operierten Fuss in der ersten Zeit mehrmals täglich hoch. Dabei ist es wichtig, dass der betroffene Fuss höher liegt als die Hüfte. Vermeiden Sie langes Herumstehen und Sitzen. Dies ist besonders zu beachten, falls die Zehen und der Vorfuss vermehrt anschwellen oder wenn Sie mehr Schmerzen haben. Melden Sie sich in der Physiotherapie, sollte konsequentes Hochlagern nicht helfen. Allenfalls werden sie den Fuss zur Entstauung bandagieren.

Fäden: Ca. 10–14 Tage nach der Operation werden die Fäden vom Hausarzt entfernt. Bitte machen Sie einen Termin ab.

Hallux-Operation: Im Falle einer Hallux-Operation ist ab dem ersten Verbandswechsel das Hallufix-Silikonpolster zwischen Grosszeh und zweitem Zeh zu tragen. Das Polster muss während 6 Wochen Tag und Nacht getragen werden.

Beweglichkeit Fussgelenk: Ziehen Sie Ihren Fuss zwischendurch ganz hoch und strecken Sie ihn wieder, damit das Fussgelenk beweglich bleibt. Achten Sie dabei darauf, die Zehen nicht zu aktivieren.



Nachkontrolle: Die ärztliche Nachkontrolle in der Orthopädie erfolgt in der Regel 3–4 Wochen nach der Operation.

Ambulante Physiotherapie: Die ambulante Physiotherapie dient zur Bewegungskontrolle und Unterstützung des Heilungsverlaufes. Machen Sie den Termin bereits vor der Operation ab. Planen Sie den ersten Termin in der 2. Woche nach der Operation.