

Drukverband pols/elleboog

Instructies

Inleiding

In deze folder geven wij u informatie over het drukverband dat u van ons heeft gekregen. Wat kunt u het beste doen bij drukverband voor de arm? Wat te doen bij pijn? En hoe kunt u contact met ons opnemen?

Drukverband voor de arm

U heeft van ons een drukverband en draagdoek (mitella) gekregen vanwege een kneuzing in uw arm. Gebruik de draagdoek de eerste vijf dagen, of zolang met u is afgesproken. De draagdoek mag u 's nachts afdoen.

Tijdens deze vijf dagen raden wij u aan, zodra de pijn het toelaat, de volgende oefeningen te doen:

- Knijp uw vingers gedurende drie tellen samen, en strek ze vervolgens gedurende drie tellen geheel;
- Buig en strek uw arm langzaam;
- Maak draai bewegingen met uw pols;
- Draai rondjes met uw schouder;

Na twee dagen, of zoals met u is afgesproken, mag u het drukverband verwijderen en vervolgens alleen de zwachtel weer om doen.

Na vijf dagen of zoals met u is afgesproken, mag u het verband zelf verwijderen en hoeft u ook de draagdoek niet meer te gebruiken.

LET OP!

Als u last heeft van koude, blauwe of tintelende vingers, leg dan uw arm hoog. Als uw klachten hiermee na ongeveer 1 uur niet over gaan, neem dan contact op met de afdeling Spoedeisende Hulp.

Pijn

Bij pijnklachten kunt u gerust een pijnstiller zoals paracetamol gebruiken. U mag maximaal 8 tabletten van 500 mg per dag gebruiken (vier keer twee tabletten). Bij aanhoudende pijnklachten kunt u contact opnemen met de SEH of met uw huisarts als de behandeling daar voortgezet wordt.

Contact

Uiteraard kunt u, als u nog vragen heeft contact met ons opnemen. Wij zijn 24 uur per dag bereikbaar op telefoonnummer: (0320) 271 750.

MC Zuiderzee
Ziekenhuisweg 100
8233 AA Lelystad
(0320) 271 911
www.mczuiderzee.com

MC Emmeloord
Urkerweg 1
8303 BX Emmeloord
(0527) 63 76 37
www.mcemmeloord.com

MC Dronten
Het Zwarte Water 77
8253 PD Dronten
(0320) 271 911
www.mcdronten.com

Polikliniek Urk
Gezondheidscentrum
Het Dok
Vlechttuinen 1
8322 BA Urk