

Conservatieve behandeling van achillespeesruptuur met een VACOped

Een achillespeesruptuur voelt vaak als een harde trap tegen de achillespees. De pees tussen de kuitspier en hielbeen is (deels) gescheurd. Wanneer uw achillespees (deels) is gescheurd moeten de twee uiteinden elkaar weer vinden. Bij de behandeling met een VACOped wordt uw voet in een spitsstand gebracht, waardoor de twee uiteinden weer optimaal met elkaar kunnen vergroeien. Gedurende de behandelperiode wordt de stand van uw voet geleidelijk weer naar een normale stand gebracht. De behandeling en aanmeten vindt plaats op de gipskamer.

Bij de VACOped zitten twee zolen. Een dikke zool voor het eerste deel van de behandeling en een dünnere voor de laatste weken. Verder krijgt u twee hoezen mee, zodat u ze om en om kunt wassen. Verderop in deze folder vindt u een handleiding voor het aanleggen en gebruik van de VACOped.



Protocol behandeling

- Eerste 4 weken: De VACOped wordt ingesteld op een vaste spitsstand van de voet. De VACOped wordt dag en nacht gedragen. U mag deze periode het been belasten op geleide van de pijn. Ga ervan uit dat de mate van belasting zeker in het begin nog maar minimaal zal zijn. U gebruikt deze periode de "dikke zool." De VACOped mag alleen af tijdens het douchen.
- Week 5 en 6: Op de gipskamer wordt de stand van de VACOped aangepast, zodat u de enkel weer licht kunt bewegen. U gebruikt nog steeds de "dikke zool" en de VACOped hoeft 's nachts niet meer worden gedragen.
- Week 7 en 8: Op de gipskamer wordt de stand nogmaals aangepast, u krijgt nu nog wat meer bewegingsruimte. Vanaf nu gaat u de "dunne zool" gebruiken.
- Na 8 weken: Na controle van uw behandelend arts mag de VACOped af en kunt u zonder VACOped de belastbaarheid opbouwen. Dit kan eventueel met hulp van een fysiotherapeut.

Leefregels

- In de VACOped draagt u een eigen sok. Dit ter voorkoming van verweking van de huid van uw voet door zweet.
- Bij het douchen doet u de VACOped af. Hierbij is het erg belangrijk dat de voet in spitstand blijft. Zet de aangedane voet dus tijdens het douchen niet plat op de grond. Wellicht is het verstandig om zittend te douchen.
- Zeker in het begin van de behandeling is het goed om het been hoog te houden om zwelling te voorkomen. Hierbij is het belangrijk dat uw aangedane voet hoger ligt dan de knie en de knie hoger ligt dan de heup.
- In sommige gevallen schrijft uw behandelend arts indien noodzakelijk volgens protocol Fraxiparine® voor. Dit ter voorkoming van trombose.

Het aanleggen van de VACOped

De VACOped bestaat uit drie belangrijke onderdelen:

1. de achterschaal
2. het vacuümkussen (de badstofhoes inclusief het plastic korrelmatras)
3. de voorschaal

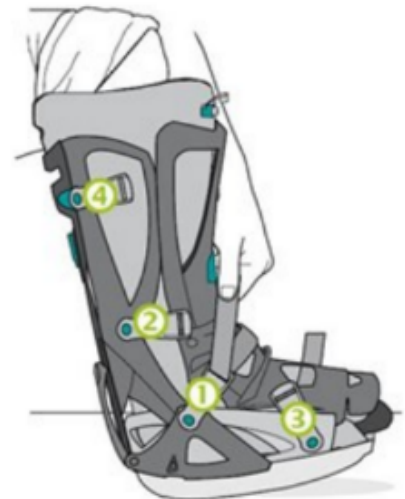


Stap 1: Het badstof vacuümkussen aanleggen

- verdeel de korrelvulling van het vacuümkussen goed voor elk gebruik door het op te schudden
- plaats uw voet in het vacuümkussen let op: zet uw hak goed onderin het vacuümkussen
- sluit het vacuümkussen met de klittenbandsluiting

Stap 2: Aantrekken van de achter- en voorschaal

- stap met het vacuümkussen aan in de achterschaal let op: plaats uw hak moet goed onderin, goed aangesloten in de schaal
- plaats de voorschaal bovenop het vacuümkussen en achterschaal let op: De voorschaal valt bij het onderbeen over de achterschaal. De voorschaal valt ter hoogte van de tenen binnen de achterschaal
- sluit de riempjes stevig
- het is belangrijk om de riempjes vast te zetten in aangegeven volgorde (zie nummering 1, 2, 3 en 4)



Stap 3: Het vacuümkussen vacuüm zuigen met behulp van het pompje

- de ventielring (groen ringetje) moet naar beneden geschoven (open) staan
- bevestig de pomp op het ventiel, knijp in de pomp totdat de pomp zich niet meer met lucht vult
- sluit de ventieldop, de VACOped is aangelegd

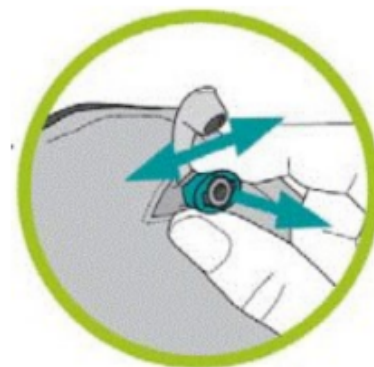


Stap 4: De riempjes strakker aantrekken

Doordat de lucht uit het vacuümkussen vacuüm is gezogen, is het vacuümkussen wat kleiner geworden. Het is daarom belangrijk dat u de voor- en achterschaal met de riempjes wat strakker zet in de aangegeven volgorde bij stap 2.

Het verwijderen van de VACOped

1. haal het vacuüm eraf door de ventielring (groen ringetje) naar buiten te trekken
2. maak de riempjes los
3. verwijder de voor- en vervolgens de achterschaal en het vacuümkussen



Zorg voor de VACOped

Het wisselen van de badstofhoes

Maak de rits van de badstofhoes aan de achterzijde helemaal open. Haal het plastic vacuümkussen eruit. Doe het plastic vacuümkussen in een schone badstofhoes en steek het ventiel door het knoopsgat. Alleen de badstofhoes kan worden uitgewassen.

Wasinstructies

- was de badstofhoes in de wasmachine op 40°C. Sluit de rits eerst
- voor- en achterschaal: wassen in de vaatwasser op 90°C of met behulp van warm water met zeep
- riempjes: wassen in de wasmachine op 40°C

Verwijderen van de zool

Druk aan de achterkant van de VACOped de beide ontgrendelknoppen (links en rechts) tegelijk in.

Vastmaken van de zool

Plaats de zool aan de voorzijde van de VACOped in de daarvoor bestemde geleiders en schuif de zool naar achteren. Druk daarna de zool tegen de VACOped (tot twee klikken te horen zijn). Let op: Controleer of de zool goed is vastgemaakt aan de onderkant van de VACOped. Zo niet, dan losmaken en opnieuw vastklikken.



Einde behandeling

Als de behandeling wordt beëindigd dan wordt u vriendelijk verzocht de VACOped in te leveren bij uw behandelend arts (tijdens de laatste controle) of u brengt de VACOped langs bij de gipskamer. Uw VACOped wordt hierna gereinigd en gerepareerd, waarna andere patiënten met deze VACOped behandeld kunnen worden.

Tot slot

Bij problemen, vragen of twijfel neemt u contact op met de gipskamer van maandag t/m vrijdag tussen 8.00 – 16.00 uur via telefoonnummer 0513 – 685 304. Bij spoedeisende klachten 's avonds en in de weekenden kunt contact opnemen met de spoedeisende hulp op 0513 – 685 685. Een niet-spoedeisende vraag kunt u ook stellen via www.mijntjongerschans.nl

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo weinig mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.