

## Conservatieve behandeling van achillespeesruptuur met een Walker

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 Walker 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.



### Protocol behandeling

- Eerste 4 weken: De Walker wordt ingesteld op een vaste spitsstand van de voet. De Walker wordt dag en nacht gedragen. U mag deze periode het been nog niet belasten. De Walker mag alleen af tijdens het douchen.
- Week 5 en 6: Op de gipskamer wordt de stand van de walker aangepast, zodat u de enkel weer licht kunt bewegen. U mag nu gaan belasten met krukken en de Walker 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.
- Na 8 weken: Na controle van uw behandelend arts mag de Walker af en kunt u zonder Walker de belastbaarheid opbouwen. Dit kan eventueel met hulp van een fysiotherapeut.

### Leefregels

- In de Walker draagt u een eigen sok. Dit ter voorkoming van verweking van uw voet door zweet.
- Bij het douchen doet u de Walker af. Hierbij is het erg belangrijk dat de voet in spitsstand blijft. Zet de aangedane voet dus tijdens het douchen niet plat op de grond.
- Gedurende 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.

### Tot slot

Bij problemen, vragen of twijfel neemt u contact op met de gipskamer van maandag t/m vrijdag tussen 08:00 – 16:00 uur op 0513 – 685 304. Bij spoedeisende klachten 's avonds en in de weekenden kunt contact opnemen met de spoedeisende hulp op 0513 – 685 685.

### **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](http://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 min 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.*