

FYSIOTERAPI FOR DEG SOM ER OPERERT MED LYSKEGLANDELTOALETT

- Den første tida etter operasjonen bør beinet vera mest mogleg heva over hjartehøgde
- For å unngå at rørslene i ledda i beinet ditt blir innskrenka, for å fremja blodsirkulasjon og førebygga lymfødem, vil fysioterapeuten visa deg lette øvingar for beinet, dagen etter operasjonen. Du kan bevega beinet innafør smertegrensa
- Du vil ved behov, som regel dagen etter operasjonen, få hjelp av fysioterapeuten til å komma opp og gå. I nokre tilfelle ynskjer legen at det skal gå noko lengre tid før du kjem opp første gong
- Du skal ha på ein elastisk kompresjonsbandasje på heile beinet ditt når du er ute av senga. Dette er for å førebygga lymfødem. Surringa skal takast av om natta
- Fysioterapeuten vil ta mål av beinet ditt og bestilla ein hoftelang kompresjonsstrømpe for å førebygga lymfødem. Du kan byrja å bruka denne i staden for kompresjonsbandasjen når drenet er fjerna og du ikkje har behov for sårbandasjar. Du skal bruka strømpen på dagtid i tre månader, og gradvis avvikla bruken av denne dei neste tre månadene. Avviklinga kan tilpassast jobb-/heimesituasjonen din
Strømpen må du sjølv betala for
- Ved behov for ganghjelpemiddel, vil fysioterapeuten tilpassa dette
- Du vil få tilvising til ekstern fysioterapeut dersom det er behov for det

Helsing Fysioterapeutane
ved Avdeling for plastikk-/hand og rekonstruktiv kirurgi

Har du spørsmål, kan du henvende deg til Fysioterapiavdelinga
Telefon 55 97 2909