

Achillespeesruptuur behandelen met VACOped

U hebt een achillespeesruptuur opgelopen. Wat een achillespeesruptuur is en wat de behandeling met VACOped inhoudt leest u in deze folder. De specialist zal hierover met u in gesprek gaan.

Wat is een achillespees?

De achillespees bevestigt de kuitspieren aan het hielbeen. Het is dus een belangrijke pees, waar vaak grote krachten op komen.

Wat is de oorzaak van een gescheurde achillespees?

Doordat de pees niet stevig genoeg is aangelegd of omdat er enige verzwakking in is opgetreden, kan een achillespees scheuren (een achillespeesruptuur). Er is altijd een actie van de spieren aan de scheuring vooraf gegaan. Bijna altijd denkt het slachtoffer dat er iemand achter hem een trap, slag of stoot op de kuit heeft gegeven. Er ontstaat hevige pijn laag achter op de kuit of enkel, die erger of vergelijkbaar is met de pijn bij een spierscheur. Lopen lukt daarna niet of nauwelijks meer.

Bij onderzoek van het aangedane onderbeen hoeft er niet zo veel zichtbaar te zijn. Bij voelen (palpatie) van de kuit is vaak heel duidelijk een kuiltje (defect) in het verloop van de pees vast te stellen. Het belangrijkste onderzoek is het testen van de achillespeesfunctie: de hiel kan niet meer van de grond getild worden of bij knijpen in de ontspannen kuitspier is er geen beweging van de voet meer op te wekken. Bij twijfel aan de diagnose kan een echo worden aangevraagd. Hierbij wordt de achillespees met behulp van geluidsgolven op een tv-scherm in beeld gebracht.

Behandeling met de VACOped

De VACOped stabiliseert en bevordert de genezing van de scheur in de achillespees. Met de VACOped is het onderbeen minder beweeglijk en krijgt het meer rust. De

VACOped wordt gebruikt voor het volledig uitbehandelen van uw achillespeesruptuur.

Deze folder geeft u extra informatie over de VACOped, aanwijzingen over het gebruik en de voorbeelden. Voor een goede genezing is het erg belangrijk de aanwijzingen op te volgen van uw specialist en de gipsverbandmeester in de gipskamer. De gipsverbandmeester zal ook gedurende uw herstel de VACOped aanpassen (spitsinstelling) volgens het behandelprotocol.

Voor uitgebreide informatie en instructie over het gebruik van de VACOped verwijzen wij u ook naar de handleiding van de VACOped. Hierin krijgt u meer informatie over het aan- en uittrekken van de VACOped en het reinigen van de VACOped.

Protocol VACOped

Week 0 – 2:

Gips in spits tot aanleggen VACOped. VACOped in spitsstand, 30 graden, belasten op geleide van de klachten met 2 krukken. De VACOped wordt overdag en 's nachts gedragen, de zool mag u 's nachts afnemen. De VACOped mag afgedaan worden om te wassen/douchen of het been te verzorgen. Oefenen van de tenen, omhoog en naar beneden, meerdere malen per dag. U krijgt een verwijzing voor de fysiotherapie mee zodat u alvast afspraken in kunt plannen.

Week 2 – 4:

VACOped in 20 graden spits, belasten op geleide van de klachten, krukken indien nodig. De VACOped wordt overdag en 's nachts gedragen, de zool mag u 's nachts afnemen.

Almelo

Zilvermeeuw 1
Postbus 7600
7600 SZ Almelo

Hengelo

Geerdinksweg 141
Postbus 546
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

De VACOped mag afgedaan worden om te wassen/douchen of het been te verzorgen. Oefenen van de tenen, omhoog en naar beneden, meerdere malen per dag.

Week 4 – 6:

VACOped in 30-20 graden ROM, belasten op geleide van de klachten, zonder krukken en platte zool!

De VACOped wordt overdag en 's nachts gedragen, de zool mag u 's nachts afnemen. De VACOped mag afgedaan worden om te wassen/douchen of het been te verzorgen. Oefenen van de tenen, omhoog en naar beneden, meerdere malen per dag.

Week 6 – 8:

Vacoped in 30-10 ROM, belasten op geleide van de klachten, zonder krukken. De VACOped wordt overdag en 's nachts gedragen, de zool mag u 's nachts afnemen. De VACOped mag afgedaan worden om te wassen/douchen of het been te verzorgen. Oefenen van de tenen, omhoog en naar beneden, meerdere malen per dag.

Week 8 – 10:

Afbouwen VACOped in 30-0 ROM naar schoen met hakverhoging. Belasten op geleide van de klachten, zonder krukken. De VACOped 's nachts af. Oefenen van de tenen, omhoog en naar beneden, meerdere malen per dag.

U krijgt een afspraak mee om na deze 10 weken de VACOped in te leveren op de gipskamer.

Aanvullende opmerkingen

- De pasvorm van de VACOped is continue aanpasbaar middels het vacuümkorrelmatras in de VACOped (bijvoorbeeld bij enige zwelling)
- **LET OP:** Bij het uittrekken van de VACOped moet u goed oppassen voor valgevaar en het belasten van uw aangedane voet zonder VACOped!

- Gebruik bij verplaatsingen altijd een loophulpmiddel (krukken).

Aanwijzingen

- Eventuele zwelling kunt u voorkomen door het been hoog te leggen
- Maak bij jeuk de VACOped open en doe deze tijdelijk af
- Kijk op onderstaande link voor een instructievideo over de VACOped
<https://www.pro-motionmedical.nl/patienten/oplossingen/vacoped/>

Waar moet u op letten

Neemt u direct telefonisch contact op met het secretariaat traumachirurgie (*op werkdagen tussen 08.00-16.30 uur*) wanneer de volgende verschijnselen zich voordoen:

- Toenemende pijn
- Toenemende zwelling van de tenen
- "Doof" gevoel van de tenen

Is buiten kantooruren contact met het ziekenhuis nodig? Neem dan contact op met de spoedeisende hulp via telefoonnummer 088 708 78 78

Vragen

Heeft u naar aanleiding van deze folder vragen, neem dan contact op met de poli traumachirurgie van ZGT via telefoonnummer 088 708 52 33

Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: zgt.nl/mijnzgt.