

Gebroken of gekneusde teen

broken or bruised toe

U heeft een breuk en/of een kneuzing van een van uw tenen. Dit heeft de arts door lichamelijk onderzoek vastgesteld. Het is meestal niet nodig om een röntgenfoto te maken.

Een gebroken teen komt vaak voor. De behandeling van een gebroken teen is conservatief. Dat betekent dat er meestal geen operatie nodig is. Met een speciale pleister, een zogenaamde dakpanpleister, spalken we uw teen. We plakken de gebroken teen vast aan de teen ernaast zodat deze niet meer kan bewegen. Zo heeft u minder pijn en geneest de breuk het snelst.

Instructies

Voor een goede genezing zijn de volgende instructies belangrijk:

- Laat de dakpanpleister 1 tot 2 weken zitten. Zo nodig mag u de pleister en het gaasje vervangen bijvoorbeeld om hygiënische redenen.
- Plaats uw been hoog bij rust, dit vermindert de pijn.
- Neem extra rust.
- U mag lopen. Draag stevige schoenen met stugge zolen.
- Heeft u pijn? Dan kunt u paracetamol innemen; maximaal 3x per dag 1000 mg om de 8 uur.

De pijnklachten zijn meestal na 2 weken verminderd. Het duurt ongeveer 6 tot 8 weken voordat u helemaal geen klachten meer heeft.

Controle niet nodig

Meestal geneest de breuk snel en is het niet nodig om met een röntgenfoto te controleren of het bot is vastgegroeid. Ook controle op de polikliniek is niet nodig.

Broken or bruised toe

One of your toes has been broken or bruised. The doctor has determined this after a physical examination. It is usually not necessary to take an x-ray.

Broken toes are very common. The treatment for a broken toe is conservative. This means that an operation is usually not necessary. We make a splint for your toe using a special plaster ('dakpanpleister' in Dutch).

We stabilise the broken toe so it cannot move by fastening it to the adjacent toe with a plaster. This method decreases your pain and is the fastest way to heal the fracture.

Instructions

The following instructions are important for proper healing:

- Leave the plaster on your toe for between 1 to 2 weeks. If necessary, you may replace the plaster and gauze for hygienic reasons.
- Elevate your leg when you are resting; this helps reduce the pain.
- Take extra rest.
- You may walk around. Wear sturdy shoes with strong soles.
- Are you experiencing pain? If so, you can take 1000 mg paracetamol tablets up to 3 x per day; 1 per 8 hour period.

The pain usually decreases after 2 weeks. It will take between 6 to 8 week before you are completely free of pain.

Check up is not necessary

Usually, the fracture heals quickly and it is not necessary to have an x-ray to check if the bone has healed. A check up at the outpatient clinic is also unnecessary.

Vragen?

U kunt ons gewoon bellen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op of kijk op www.olvg.nl
Heeft u vragen over de vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota

Meer informatie online

- www.olvg.nl/seh

Contact

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op met uw eigen huisarts.

afdeling Spoedeisende Hulp (SEH), locatie Oost

T 020 599 30 16 (7 dagen per week, dag en nacht bereikbaar)

afdeling Spoedeisende Hulp (SEH), locatie West

T 020 510 89 11 (7 dagen per week, 24 uur per dag)

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

IJburg
IJburglaan 727
1087 CH Amsterdam

Algemene voorwaarden: www.olvg.nl/algemene-voorwaarden. Klacht of opmerking: ga naar www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 23 augustus 2017, 0972