



HALLUX VALGUS, METATARSALGIA ETA HALLUX RIGIDUS KIRURGIA BATEN ONDOREN ALTA EMATEKO ZAINKETA-GOMENDIOAK

Hallux valgus, metatarsalgia eta hallux rigidus bategatik eguneko ospitale kirurgikoan ebakuntza egin ondoren, garrantzitsua da honako informazio hau kontuan hartzea, eta horrek lagunduko dizu sendatze-prozesuan.

- 1- Kirurgia egin ondorengo lehen egunetan, ez egon luzaroan zutik edo ez ibili gehiegi.
- 2- Geldi zaudenean, eutsi oina burko baten gainean altxatuta, ez handitzeko eta horrela mina gutxitzeko.
- 3- Lehen egunetik, anesthesiaren efektua desagertzen denean, operatutako oina bermatu edo jarri ahal izango duzu.
- 4- Erabili ibiltzeko makuluak eta operazio-ondoko oinetarako oinetako ortopedikoak (traumatologoak hala agindu badizu).
- 5- Beste oinean erabili zapata itxi bat, gomazko zola irristagaitza duena.
- 6- Eskailerak igo eta jaitsi behar badituzu, egin ezazu honela:
 - a. Eskailera-maila bat igo behar baduzu, jarri lehenbizi operatu gabeko hanka eta makuluan bermatu.
 - b. Eskailera-maila bat jaitsi behar baduzu, jarri lehenik interbenitutako hanka oinetako ortopedikoarekin eta, ondoren, operatu gabeko hanka jaitsi.
- 7- Kirurgia egin eta 2-3 egunera, AUO-KK-ko kontsultara joan beharko duzu. Bertan, erizain batek lehenengo sendaketa egingo dizu.
 - a. Hitzordu hau gomendio-orri honekin emango zitzaizun.
- 8- Astebetez:
 - a. Kontrolatu tenperatura egunean 2 aldiz (goizean eta gauean).
 - b. Min handia edo 38°tik gorako sukarra agertzen bada, joan zaitez Txagorritxuko Arabako Unibertsitate Ospitaleko larrialdi-zerbitzura.
 - c. Jarraitu mina tratatzeko medikuak emandako jarraibideei.