

Vragen?

Bel tijdens kantooruren met uw eigen huisarts. Buiten kantoor tijden kunt u bellen met Huisartsenspoedpost Gelderse Vallei in Ede, via telefoonnummer (0318) 20 08 00.

met een kneuzing naar de huisartsenspoedpost



Met een kneuzing naar de huisartsenspoedpost

In deze folder leest u hoe het op de huisartsenspoedpost gaat als u iets gestoten of gekneusd heeft. U vindt hier ook adviezen om minder pijn te hebben.

U bent op de huisartsenspoedpost onderzocht, omdat u klachten had na een ongeval. De huisarts of verpleegkundig specialist heeft gekeken of u iets heeft gebroken. Waarschijnlijk heeft u een kneuzing. De kans dat u iets heeft gebroken is klein.

Wat als er toch iets gebroken is?

Dat is niet erg. Ook niet als u pas na 1 of 2 dagen naar uw eigen huisarts gaat. Als uw huisarts denkt dat u toch iets gebroken heeft, dan laat hij of zij een röntgenfoto in het ziekenhuis maken.

Is er op de röntgenfoto toch een breuk te zien? Dan stuurt de arts van de röntgenafdeling u door naar een chirurg. Dat kan op de afdeling spoedeisende hulp zijn of tijdens een apart spreekuur voor spoed. U krijgt dan een behandeling, bijvoorbeeld gips. De breuk geneest meestal net zo goed. Ook als u de behandeling een paar dagen later begint.

Wanneer moet u meteen de huisartsenspoedpost bellen?

Bel meteen als u 1 of meer van deze dingen merkt:

- + Een bot of gewricht staat scheef;
- + U heeft pijn in een bot of gewricht na een ongeluk. En uw arm, been, voet of hand wordt helemaal koud of heeft veel minder kleur;
- + Het bot steekt door uw huid heen;
- + U kunt na een ongeluk uw arm of been niet bewegen. Of u heeft er veel minder gevoel in;
- + U heeft heel veel pijn en pijnstillers helpen niet genoeg.

Wanneer moet u een afspraak maken met uw eigen huisarts?

Bel overdag op werkdagen met uw eigen huisarts als u 1 of meer van deze dingen merkt:

- + U houdt veel pijn;
- + U kunt u nog altijd niet goed bewegen;

- Heeft u uw enkel verzwikt? Bel dan als u er nog niet goed op kunt staan.
- Of heeft u een gekneusde pols? Bel dan als u dingen nog niet goed kunt vastpakken.

Adviezen bij kneuzing of breuk

U kunt veel pijn hebben als iets gekneusd of gebroken is.

Deze adviezen kunnen helpen:

- + Neem genoeg pijnstillers. Dan kunt u makkelijker bewegen. Begin met paracetamol. Kijk voor meer advies over pijnstillers op de website www.thuisarts.nl/pijn-en-pijnstillers;
- + Geef uw arm of been rust. Beweeg een paar dagen minder. Gaat dat goed? Beweeg dan langzaam steeds wat meer;
- + Koel het gewricht. Of de pijnlijke plek op uw arm of been. Bijvoorbeeld met ijsblokjes of een ice-pack. Wikkel het ijs in een doek. Anders kan de huid bevriezen;
- + Is het gewricht of de pijnlijke plek op uw arm of been dik? Dan kan een stevig verband helpen.

Meer informatie

Op de website www.thuisarts.nl vindt u meer informatie. Hier staat wat u zelf al kunt doen. Ook kunt u hier vinden wanneer u de huisarts of de huisartsenspoedpost moet bellen.

- + Verzwikte enkel:
www.thuisarts.nl/verzwikte-enkel
- + Knie bezeerd:
www.thuisarts.nl/knieklachten
- + Teen gestoten:
www.thuisarts.nl/teen-gestoten/ik-heb-mijn-teen-gestoten
- + Gekneusde rib:
www.thuisarts.nl/gekneusde-rib/ik-heb-gekneusde-of-gebroken-rib