

Checkliste – Vorbereitung auf einen operativen Eingriff am Fuss oder Sprunggelenk

Name: _____ Vorname: _____

Geb.-Datum: _____ Arzt: _____

Allgemeine Vorbereitungen

1. Geplanter Eingriff: _____
2. Haben Sie Fragen an den Chirurgen
Wenn ja, welche: _____
3. Wie lange ist die voraussichtliche Dauer bis zur vollständigen Belastung?
_____ Wochen _____ Monate
4. Welche Form der postoperativen Stütze erhalten Sie?
 Gipsverband Orthopädischer Schuh Bandagen Orthese

Heimvorbereitung

- Gibt es Gegenstände, die die freie Bewegung im Raum blockieren?
- Mehrstöckige(s) Wohnung/Haus: Ist das Bett im Erdgeschoss?
- Ist das Badezimmer gefahrlos benutzbar?
- Gibt es Stützen im Badezimmer oder wurde ein Duschstuhl besorgt?
- Gibt es genügend Lebensmittel-Vorräte?
- Ist für genügend Beschäftigung während einer allfälligen immobilen Phase gesorgt?

Kommandoposten

- Besteht ein Computer-/Fernseher-/Telefonanschluss?
- Ist ein verstellbarer Arbeitstisch vorhanden?
- Ist eine Rückenstütze vorhanden?
- Ist ein Fusskissen vorhanden?
- Sind Schreibutensilien vorhanden?
- Besteht ein einfacher Zugang zu Lebensmitteln?

Soziales Netz

- Gibt es eine Liste von Notfallkontakten und Betreuern aus dem Umfeld?
- Gibt es spezifische Tage, an welchen Sie Hilfe benötigen?

Körperliche Aktivierung

- Datum der voraussichtlichen Rückkehr zu täglichen Aktivitäten: _____
- Datum der ärztlichen Einschätzung der Rückkehr zu täglichen Aktivitäten: _____
- Datum der ärztlichen Einschätzung zur Wiederaufnahme der Arbeit: _____
- Haben Sie mit Ihrem Arbeitgeber über die Genesungszeit gesprochen?
- Kann Ihr Arbeitgeber Ihre Arbeitslast Ihren Umständen entsprechend anpassen resp. graduell verändern?
- Gibt es auf der Arbeit Hochleistungsarbeiten?

Postoperative Mobilisierung

- Welches Hilfsmittel wird für die Mobilisierung verwendet/ist geplant? _____
- Haben Sie Vorbereitungsübungen absolviert?

Fahrfähigkeit

- Wird der rechte Fuss operiert?
- Fahren Sie mit Schalt- oder Automatikgetriebe (Stichwort: linker Fuss)?
 - Schaltgetriebe
 - Automatikgetriebe
- Haben Sie mit Ihrem Arzt über das Autofahren gesprochen?
- Haben Sie einen Fahrer für allfällige Notwendigkeiten organisiert?

Operationstag

- Wissen Sie, wo Sie sich am Operationstag melden müssen?
- Wurde Ihnen der Check-In-Prozess erklärt?
- Handelt es sich um: ambulant Eingriff stationärer Eingriff (Anzahl Tage: _____)
- Hat Ihr Chirurg mit Ihnen ein Ziel für den Operationstag vereinbart?

Heimkehr

- An welchem Tag werden Sie vorzugweise entlassen? _____
- Werden Sie abgeholt?
- Wurde ein Fahrzeug organisiert, in welches Sie einfach einsteigen können?
- Bei längerer Fahrt: Können Sie Ihren Fuss hochlagern?
- Wie lange ist die Heimfahrt? _____ Stunden
- Haben Sie Treppen oder andere Hindernisse zu Hause?
- Haben Sie einen Aufzug?

Schmerzmittel/Medikation/Therapien

- Wurden Sie über die anschliessende, medikamentöse Therapie informiert?
- Wurden Sie über nicht-medikamentöse Massnahmen informiert?
- Erhalten Sie Physiotherapie?