



Sint Maartenskliniek

## Tenen tappen

De behandelend arts of gipsverbandmeester heeft besloten dat het nodig is om uw tenen te tappen. Het tappen van uw tenen houdt ze in de juiste stand na een operatie. Het tappen van de tenen gebeurt in de gipskamer, door de gipsmeester. Deze legt u ook uit hoe u de tape moet (laten) aanleggen, zodat u het zelf ook kan.

## Onze behandeling

### De juiste tape gebruiken

---

Zorg dat u voor het tappen van uw tenen de juiste tape gebruikt. Goede merken tape zijn: Fortelast Plus, Klinitape en Artico Silk tape. De (gekleurde) medical tape is ook een fijne tape om de tenen mee te tappen. Of u gebruikt steristrips/hechtstrips.

## Tape-instructies

---

### Stap 1

Knip een stuk tape af op de juiste lengte. Breng de tape aan bij de basis van de aangedane teen (voorzijde). Leg de tap vervolgens over de top van de teen, naar de achterzijde van de teen.



*Basis van de aangedane teen*



*Over de top, naar de achterzijde*

## **Stap 2**

U doet hetzelfde als in stap 1, maar begint nu aan de achterzijde. Knip een stuk tape af op de juiste lengte. Breng de tape aan, bij de basis van de aangedane teen aan de achterzijde. Leg de tape vervolgens over de top van de teen, naar de voorzijde van de teen. Druk de tape zachtjes met uw vingers aan.



### **Stap 3**

Nu moet u zorgen dat de teen in de juiste stand blijft staan. Dit doet u door aan de voorzijde, tussen twee tenen een stuk tape aan de basis van de teen te plakken. Vervolgens haalt u de tape achter de teen om door, terug naar voren, en legt deze schuin over de tape aan de voorzijde heen. Kijk goed op de foto voor de juiste plakrichting van de tape.



*Tape schuin aan de basis aan de voorzijde*



*Tape tussen de tenen door*



*Tape schuin naar voren over de basis tape*

## **Resultaat goed aangebrachte tape**

Ziet uw tape eruit zoals de tape op deze foto? Dan zijn uw tenen goed getapet. Het juist aanbrengen van tape is zeer belangrijk. Dit zorgt er namelijk voor dat uw teen of tenen in de juiste lijn blijven met de andere tenen. Dit geldt voor zowel de stand van links en rechts als omhoog of omlaag.



## Als het tappen niet lukt

Lukt het niet om zelf uw tenen te tappen? Maak dan een afspraak met de huisarts. Of bel met een fysiotherapeut bij u in de buurt en vraag of u deze uw tenen wil tappen.

## Meer informatie

---

Heeft u na het lezen nog vragen of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met het Gips- en Wondbehandelcentrum, via (024) 365 94 80.

E-mailen kan ook, stuur uw bericht naar [gipskamer@maartenskliniek.nl](mailto:gipskamer@maartenskliniek.nl).

Het verzenden van persoonlijke informatie via internet brengt altijd een bepaald risico met zich mee. Vanwege uw privacybescherming adviseren we u geen specifieke medische- of persoonsgegevens te vermelden.

