Richtlijnen bij een gipsverband

azdelta

Uw ziekenhuis.

Beste patiënt

U kwam naar spoedopname wegens een breuk of verstuiking. Daarvoor kreeg u een gipsverband. Er zijn twee soorten gips: een open gips (deze laat een lichte zwelling toe) en een gesloten gips. Door het zwellingsgevaar wordt op spoedopname meestal een open gips aangelegd. In deze folder geven we u meer informatie.

De dienst spoedgevallen

Richtlijnen

- Verwijder zo snel mogelijk de juwelen aan het gewonde arm of been. Door zwelling kan de bloedsomloop belemmerd worden.
- Leg een Coldpack® of ijsblokjes in een plastiek zakje op de ingegipste arm of het been. Dit om zwelling tegen te gaan. **Leg nooit ijs rechtstreeks op de huid.**
- Belast enkel het been of de arm volgens de instructies van de arts.

Beengips

- Tijdens het rusten moet uw voet hoger liggen dan uw bekken, om zwelling te voorkomen. Ondersteun hierbij het hele been en leg een kussen onder de matras van uw bed.
- Doe oefeningen: tenen bewegen, knie buigen en strekken (als de knie vrij is), spieren opspannen en ontspannen en been gestrekt optillen en weer neerleggen.
- De mogelijkheid bestaat dat u dagelijks een spuitje krijgt om trombose en flebitis tegen te gaan. Dit is enkel op doktersadvies.
- **Op een open gips mag er niet gesteund worden!**

Armgips

- Om zwelling te vermijden is het belangrijk dat uw pols hoger ligt dan uw elleboog in de draagdoek. Leg 's nachts een kussen onder uw arm zodat de onderarm op harthoogte ligt. Draag uw draagdoek steeds overdag.
- Doe oefeningen: vingers bewegen (eventueel met elleboog op tafel en vinger in de lucht), elleboog strekken en buigen en cirkels draaien met de schouder terwijl de arm in de draagdoek rust.

Wat te vermijden?

- Laat het gips niet nat worden.
- Blijf uit het gips met vreemde en/of scherpe voorwerpen zoals een meetlat of breinaald.
- Knip, snijd of zaag niet zelf in het gips.
- Ga het gips niet belasten voor het droog is: voor kalkgips is dat minstens 24 uur, voor synthetisch gips minstens 1 uur.
- Stap of steun niet op een open gips.
- Gebruik krukken als dit nodig is.
- Blaas geen warme lucht in het gips of het droog het gips niet met warme lucht. Dit kan immers brandwonden veroorzaken.

Wat bij jeuk?

- Jeuk komt door het zweten.
- Blaas koele lucht in het gips met een haardroger.
- Haal jeukwerende spray bij de apotheek
- Strooi menthol talkpoeder in het gips (verkrijgbaar in de apotheek).
- Rust.
- Zorg voor afleiding.
- Stop zeker geen scherpe voorwerpen in het gips. Dit kan verwondingen veroorzaken.

Wat bij pijn?

- Leg de arm hoger dan het hart en het been hoger dan het bekken.
- Leg ijs op het gips.
- Neem rust.
- Neem pijnstillende medicatie volgens het voorschrift van de arts.

Alarmsignalen

Als volgende tekenen niet overgaan bij het hoger leggen van uw arm of been neemt u contact op met uw arts, uw huisarts of de spoedarts:

- blauw of wit zien van de arm of het been
- zwellen,
- koud aanvoelen van arm of het been
- gevoelloosheid in uw arm of been
- tintelingen.
- als het gips oncomfortabel zit
- als het gips week, beschadigd, gescheurd of gebroken is.
  Oppassen: het gips niet belasten!
- als er een zeer slecht ruikende geur uit het gips komt
- als u koorts maakt.

Volg steeds de instructies van uw behandelende arts, ook al wijken ze af van deze in de brochure.

Contact

Campus Rumbeke
t 051 23 77 08
Campus Menen
t 056 52 25 00
Campus Rembert Torhout
t 050 23 23 01

Bron: info dienst spoedgevallen

AZ Delta Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 5592-NL **Deze brochure is laatst aangepast op 26/01/2023**