

Gips- of kunststofverband

U hebt een gips- of kunststofverband gekregen. Deze folder geeft u informatie over het omgaan met een dergelijk verband.

Er is een gipsverband van de volgende materialen aangelegd:

- Gipsspalk (mineraalgips). Deze is niet bedoeld om te belasten.
- Circulair gips (Kunststof). In geval van loopgips mag u dit na een half uur belasten.
- Softcast (semi flexibele kunststof). Dit mag u na een half uur belasten.
- Brace.

Het gipsverband/brace zorgt ervoor dat u het aangedane lichaamsdeel niet kunt bewegen. Zo kan de botbreuk genezen en kunnen beschadigde banden, pezen en gewrichten herstellen.

Mogelijk krijgt u FRAXIPARINE voorgeschreven bij beengipsen, dit medicijn is ter voorkoming van trombose. Of u dit nodig heeft hangt af van verschillende factoren en wordt in overleg met uw behandelend arts bepaald.

Zwelling

Bij een gipsverband om uw hand of arm draagt u de eerste tijd meestal een mitella of een sling. U mag uw arm ook op een kussen laten rusten. Dit om te voorkomen dat de vingers gaan zwellen en afknellen. Als uw hand en vingers gaan zwellen raden wij u aan de hand hoog te houden en de vingers te bewegen. Vaak neemt de zwelling dan af.

Bij een gipsverband om het been adviseren wij u het been hoog te leggen. Dat wil zeggen: de voet hoger dan de knie en de knie hoger dan de heup. Vergeet niet de knie te ondersteunen. Ook 's nachts moet uw been hoog liggen. Hiervoor kunt u een kussen onder het matras leggen. Let er op bij het hoog leggen van uw been dat uw hiel vrij ligt!

Wanneer moet u contact opnemen met het ziekenhuis?

Als arm of been hoog leggen niet meer helpt en uw verband zodanig knelt dat uw vingers of tenen:

- dikker worden;
- wit of blauw verkleuren;
- gaan tintelen;
- gevoelloos worden;
- de pijn aanhoudt of verergert (de pijnstilling niet werkt);
- u uw vingers nauwelijks kunt bewegen;
- er voorwerpen verloren zijn geraakt tussen uw gipsverband en uw lichaam.

Of als het gips:

- op een plaats blijft drukken;
- nat is geworden;
- scheuren of breuken vertoont;
- als het gips te los zit en u daardoor meer pijn heeft.

Oefeningen

Blijf wel in beweging

Arm

Oefening die u mag doen bij een arm in het gips;

- Streck de vingers ieder uur meerdere keren en maak af en toe een vuist.
- Bij een gipsverband tot aan uw elleboog; buig en strek uw elleboog meerdere keren per dag. Draai rondjes vanuit uw schouder.
- Bij gipsverband tot aan de bovenarm: draai meerdere keren per dag rondjes vanuit de schouder.

Been

Oefeningen die u mag doen bij een been in het gips;

- Bij een gipsverband t/m het bovenbeen: strek uw been meerdere keren per dag en beweeg de tenen.
- Bij gipsverband tot de knie: buig knie en heup meerdere keren per dag en beweeg de tenen.

Verwijderen van gips

Spalken en softcast kunnen met een speciale verbandschaar worden verwijderd. Circulaire gips wordt met een trillende zaag (een oscilerende zaag) verwijderd. De zaag gaat alleen door stug materiaal, de watten en de kous onder het gips trillen een beetje mee, dit kriebelt een beetje.

Iets gebroken 50+

Bent u vijftig jaar of ouder en heeft u iets gebroken, dan ontvangt u schriftelijk een uitnodiging voor de fractuur- en osteoporose poli. (Zie voor meer informatie de folder [Osteoporose botontkalking](#)).

Jeuk

Jeuk wordt veroorzaakt door vocht tussen de huid en het verband (door zweten, of nat worden van het verband). U kunt proberen met de föhn, op koude stand, dit wat te verminderen. Gebruik geen breinaald of andere scherpe voorwerpen, dit kan ernstige huidbeschadigingen en/of drukplekken veroorzaken.

Autorijden

Je blijft zelf verantwoordelijk voor de keuze om te rijden met gips. Je mag niet rijden als de verzekeraar rijden met gips heeft uitgesloten in de polisvoorwaarden. Veel verzekeraars zullen om een verklaring van uw arts vragen, uw arts zal die nooit geven. De beslissing om in een auto te stappen, ligt bij uzelf.

Vliegen

Gaat u binnenkort vliegen, neem dan contact op met de vliegmaatschappij. Er is namelijk geen eenduidig beleid ten aanzien van eisen en regels voor het reizen met een gipsverband.

Heeft u nog vragen?

Als u nog vragen heeft over het gips- of kunststofverband, kunt u telefonisch contact opnemen met de gipskamer:

- telefoon: 0413 - 40 27 30
- route 041
- de gipskamer is maandag t/m vrijdag open van 8.30 -17.00 uur

Buiten kantooruren belt u naar de spoedeisende hulp, telefoonnummer: 0413 - 40 10 00. Moet u onverhoopt naar de spoedeisende hulp van Bernhoven? Volg bij het ziekenhuis dan de borden 'Spoedpost Bernhoven'.

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, psb@bernhoven.nl.

Bernhoven

Nistelrodeseweg 10
5406 PT UDEN

Postbus 707
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40
E: communicatie@bernhoven.nl
I: www.bernhoven.nl



Ga naar
www.zorgkaartnederland.nl