

Gips- en kunststofverband

Deze folder geeft u informatie over gips- en kunststofverband. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

Gips- en kunststofverband

Er is zojuist bij u een gips- of kunststofverband aangelegd. Om de periode, dat u dit verband heeft, zonder problemen te laten verlopen, is het belangrijk de volgende adviezen op te volgen.

- Om zwelling en/of stuwung te voorkomen legt u de eerste dagen uw arm of been hoog.
- Draag geen ringen en armbanden, deze kunnen gaan knellen bij zwelling.
- Leg het gipsverband niet op harde randen maar ondersteun het gips met een kussen.
- Gipsverband heeft een droogtijd van ongeveer 24 uur, hetgeen betekent, dat u de eerste dag niet mag belasten.

Kunststofverband mag al na dertig minuten belast worden. In beide gevallen dient u toestemming te hebben om te mogen belasten. Gips- en kunststofverbanden mogen niet nat worden. Bescherm het tijdens het douchen/baden met een waterdichte hoes.

- Is het gips- of kunststofverband gebroken? Belast het verband niet! Neem zo spoedig mogelijk contact op met de gipskamer.
- Heeft u jeuk onder het verband? Krab niet met scherpe voorwerpen, dit leidt gemakkelijk tot infectie.
- De gipsverbandmeester informeert u over:
 - > waterdichte douchehoezen
 - > elleboogkrukken

Bewegingsoefeningen

De volgende bewegingsoefeningen doet u elke dag, indien mogelijk, ieder uur minimaal tien keer achter elkaar.

Arm

- Drie tellen een vuist maken, drie tellen de vingers strekken.
- Draai rondjes met de schouder; ga iets voorover staan en maak een beweging alsof u ouderwets koffie maalt.
- Buig en strek de elleboog, indien mogelijk.

Been

- Buig en strek de tenen, telkens drie tellen.
- Til het gestrekte been drie tellen op, langzaam weer laten zakken.
- Buig en strek de knie, indien mogelijk.

Belangrijk

U neemt contact op met het ziekenhuis als:

- uw verband zodanig knelt dat uw vingers of tenen:
 - > dikker worden
 - > verkleuren
 - > kouder worden
 - > tintelen
 - > pijnlijk gespannen aanvoelen
 - > gevoelloos worden
- gips te ruim wordt
- het gips schuurt op de huid
- uw gips gebroken of gescheurd is
- pijn toeneemt

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen dan kunt u contact opnemen met de gipskamer.

Goes en Zierikzee

De gipskamer in Goes is op werkdagen bereikbaar tussen 08.30 - 10.00 uur en tussen 13.30 - 16.30 uur, 0113-234241.

Vlissingen

De gipskamer in Vlissingen is op werkdagen bereikbaar van 08.30 uur tot 16.30 uur, 0118-425274.

Spoed

Buiten de openingstijden van de gipskamer kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp, 0113-234250.

Afspraak maken

Wilt u een afspraak maken, annuleren of verzetten neem dan contact op met de Afspraakcentrale, 088-3388444.