

# Opatrunku gipsowego i syntetycznego

**W niniejszej broszurze przedstawione zostały informacje na temat opatrunku gipsowego i syntetycznego. Proszę wziąć pod uwagę, że sytuacja danego pacjenta może odbiegać od sytuacji przedstawionej w broszurze.**

Wkrótce zostanie Państwu założony opatrunek gipsowy lub syntetyczny. Aby okres, w którym będą Państwo mieli założony opatrunek, przebiegł bez żadnych komplikacji, ważne jest, aby zastosować się do poniższych wskazówek:

- Opatrunku nie należy kłaść na ostrych krawędziach, tylko podłożyć poduszkę.
- Tradycyjny opatrunek gipsowy schnie od 24 do 48 godzin. Opatrunek syntetyczny może zostać obciążony już po 30 minutach. W obu przypadkach należy uzyskać zgodę na obciążenie opatrunku.
- Ani opatrunku gipsowego, ani syntetycznego nie wolno zamoczyć. W trakcie brania natrysku lub kąpieli w wannie należy nałożyć na niego wodoodporny pokrowiec. Jeżeli mimo wszystko dojdzie do zamoczenia opatrunku gipsowego, należy jak najszybciej skontaktować się z gabinetem zabiegowym–gipsownią.
- Jeżeli doszło do pęknięcia opatrunku gipsowego lub syntetycznego, nie wolno go obciążać! Należy jak najszybciej skontaktować się z gabinetem zabiegowym.
- Jeżeli skóra pod opatrunkiem swędzi, jest to najczęściej spowodowane ciepłem. Użycie suszarki z nadmuchem zimnego powietrza może przynieść ulgę. Nie wolno drapać się ostrymi przedmiotami, bo może to doprowadzić do podrażnienia skóry.

## Opuchlizna i zastoiny

Aby zapobiegać opuchliznie i zastoinom, należy w pierwszych dniach rękę lub nogę układać wysoko.

## Ręka

Bardzo ważne, by dłoń znajdowała się powyżej łokcia.



Uwaga: nie należy nosić żadnych pierścionków, mogą wrznąć się w ciało, jeżeli pojawi się opuchlizna.

## Noga

Bardzo ważne jest, by noga układana była w taki sposób, aby stopa znajdowała się powyżej kolana, a kolano powyżej biodra. W nocy w nogach łóżka można podłożyć pod materac poduszki.



## Ćwiczenia ruchowe

Każdego dnia należy wykonywać poniższe ćwiczenia. W miarę możliwości co godzinę przynajmniej 10 razy raz za razem.

### Ręka – ćwiczenia ruchowe

- 3 razy zacisnąć dłoń w pięść, 3 razy rozprostować palce.
- Wykonywać obroty ramieniem. Przechylić się do przodu i wykonywać ruchy jak przy staromodnym mieleniu kawy w młynku.
- W miarę możliwości zginać i prostować rękę w łokciu.

Opatrunku gipsowego i syntetycznego

### **Noga – ćwiczenia ruchowe**

- Zginać i prostować palce nóg, za każdym razem po 3 razy.
- 3 razy unieść wyprostowaną nogę i powoli ją opuścić.
- W miarę możliwości zginać i prostować nogę w kolanie.

### **Lot samolotem**

Jeżeli mają zamiar wybrać się wkrótce w podróż samolotem, proszę skontaktować się z linią lotniczą. Każde linie lotnicze mają własne zasady i wymagania związane z podróżowaniem w opatrunku gipsowym. Dobrze jest się dowiedzieć, co w Państwa przypadku jest możliwe, a co nie.

### **Konsultacja ze szpitalem**

Ze szpitalem należy skontaktować się w przypadku, gdy:

- opatrunek uciska na tyle mocno, że Państwa palce ręki lub stopy zaczynają puchnąć, stają się zimniejsze, mrowią, powodują ból lub są napięte albo tracą Państwo w nich czucie.
- opatrunek jest za luźny
- opatrunek rani skórę
- opatrunek połamał się lub spękał
- ból się nasila

### **Kontakt**

Jeżeli po przeczytaniu niniejszej broszury mają Państwo jeszcze jakieś pytania, proszę się skontaktować z gabinetem zabiegowym–gipsownią.

- Goes: z gipsownią w Goes można skontaktować się w dni robocze w godzinach od 08:30 do 10:00 i od 13:30 do 16:30 pod numerem telefonu (0031) (0) 113 234 241.
- Vlissingen: z gipsownią w Vlissingen można skontaktować się w dni robocze w godzinach od 08:30 do 17:00 pod numerem telefonu (0031) (0) 118 425 274.
- Po godzinach pracy gabinetu zabiegowego: poza godzinami otwarcia gabinetu zabiegowego–gipsowni mogą się Państwo skontaktować z Oddziałem Ratunkowym w Goes pod numerem telefonu (0031) (0) 113 234 250.

### **Umówienie się na wizytę**

Jeżeli chcą Państwo umówić się na wizytę, odwołać ją lub przenieść na inny termin, proszę się skontaktować ze szpitalem pod numerem telefonu 0 88 125 00 00.