



A.S.Z.
ZIEKENHUIS

Informatiebrochure

Raadgevingen bij een gipsverband

I Wat zijn de alarmtekens?

Een gebroken of verstuikt lidmaat kan de eerste dagen na het trauma nog fel **zwellen**.

Lees daarom aandachtig deze brochure en houd rekening met de aandachtspunten.

Uw lidmaat werd geïmmobiliseerd met een gipsverband: een "open" gips. Dit wil zeggen dat uw gipsverband nog aan één zijde open is. Hiermee kan de mogelijke zwelling worden opgevangen die de bloedtoevoer naar uw lidmaat zou kunnen verhinderen.

- **Toenemende zwelling** van vingers en tenen
- **Gevoelsstoornissen** aan vingers of tenen (tintelingen, slapen,...)
- **Kleurveranderingen** van vingers of tenen (wit - blauw)
- Gebroken gipsverband: als het gips te los zit of integendeel op bepaalde plaatsen teveel klemt
- Slecht ruikend gipsverband
- Met bloed of wondvocht doordrenkt gipsverband

Wanneer u één of meerdere van deze tekens opmerkt, moet u zo snel mogelijk contact opnemen met uw behandelende arts of met de dienst spoedopname.

I Algemene aandachtspunten

Jeuk

Bij jeuk onder het gipsverband is het verboden om met bv. een pen, een breinaald of met andere scherpe voorwerpen onder het gips te krabben. Bij de apotheek vindt u sprays die op een snelle en veilige manier dit probleem kunnen oplossen.

Spieroefeningen

De beste preventie blijft evenwel bewegen (dit betekent niet steunen!): bewegen van vingers en schouders bij een bovenarmgips, bewegen van vingers en elleboog bij een onderarmgips, bewegen van tenen en gestrekt heffen van het onderste lidmaat bij een bovenbeengips (gipskoker) en bewegen van tenen en knie bij een onderbeengips. Doe dit bewust elk uur!

Nuttige telefoonnummers

Spoedopname

campus Aalst: 053/76 40 06

campus Geraardsbergen: 054/43 27 11

Consultatie orthopedie

campus Aalst: 053/76 49 14

campus Geraardsbergen: 054/43 21 40

Huisartsenwachtpost

Bel naar 1733, dit is het nieuwe gratis oproepnummer voor de huisarts

I Nuttige tips

Heeft u uw ENKEL verstuikt? Heeft u uw BEEN gebroken? Is de enige en beste oplossing een gipsverband? Dan volgen hieronder enkele nuttige tips die het u een stuk comfortabeler zullen maken.

Ijs

Omdat één zijde is opengelaten kan u voor uw comfort een ijszak aanbrengen ter hoogte van deze opening. Dit zal zwelling en pijn voorkomen. Probeer er echter voor te zorgen dat het ijs uw gips niet nat maakt en daardoor doorweekt! Ga niet met je gips in het water.

Hoogstand

Wanneer een gips wordt aangelegd, zeker in acute omstandigheden, dan is hoogstand aangewezen zeker in de eerste 48 uren: hierbij wordt het gegipste lichaamsdeel hoger dan de rest van uw lichaam (eigenlijk hoger dan het hart) geplaatst: bijvoorbeeld door uw voet op een klein kussen te plaatsen of je arm op een kussen te plaatsen als je in bed ligt. Hierdoor wordt zwelling voorkomen en kan een bestaande zwelling beter verdwijnen. Anders kan knelling in het gips (vooral als het een volledig gips is) ontstaan; dit kan zelfs leiden tot de noodzaak om dringend het gips te verwijderen zo niet kunnen letsels van bloedvaten en zenuwen ontstaan.

Steunverbod

Een open gips bestaat uit breekbare kalk waardoor het verboden is om op zulke gipsen te steunen of te lopen. Steeds dient u krukken of/en looprek te gebruiken. Deze hulpmiddelen worden uitgeleend bij uw mutualiteit of bij het Rode Kruis.

Rust

Doe geen zware krachtinspanningen, til geen zware voorwerpen. Ringen en andere sieraden dienen verwijderd te worden als een gips wordt aangelegd; gebeurt dit niet dan kan dit bij zwelling ondanks hoogstand nare gevolgen hebben. Eens zwelling is het verwijderen van een ring overigens niet zo gemakkelijk.

Verwijder zelf nooit een gips!

Neem contact op met uw behandelend arts; verwijder vooral niet zelf uw gips.

A.S.Z.

CAMPUS AALST SPOEDGEVALLEN

Merestraat 80

9300 Aalst

T +32 (0)53 76 40 06

F +32 (0)53 76 40 16

E spoedopname.asz@asz.be

CAMPUS GERAARDSBERGEN SPOEDGEVALLEN

Gasthuisstraat 4

9500 Geraardsbergen

T +32 (0)54 43 27 11

A.S.Z. © 31 december 2017, 01231-NL

V.U.: Sabine Siau, algemeen directeur A.S.Z., Merestraat 80, 9300 Aalst