

Gipsverband

Vandaag kreeg je een gips op onze Spoedgevallendienst.

Het gips wordt aangelegd om het getroffen lidmaat stil te houden, zodat het kan rusten, ontzwellen en sneller genezen. Het kan ook pijn verlichten.

Het is belangrijk het gips goed te verzorgen om een goed herstel te bevorderen en problemen te voorkomen.

Do's

Wat moet je wel doen?

- Houd het gips droog. Een kalkgips wordt week bij contact met water en kan de huid beschadigen.
- Leg het gips (arm of been) in hoogstand om zwelling te voorkomen en te verminderen.
- Breng ijs of een coldpack aan op het open deel van het gips tegen de pijn en zwelling.
- Houd het gips schoon en vermijd vuil of zand.
- Controleer regelmatig of het gips goed zit en niet te strak aanvoelt.
- Beweeg de vingers of tenen (tenzij anders geadviseerd) om stijfheid en zwelling te voorkomen.
- Volg de instructies van je arts over rust, belasting en controleafspraken.

Don'ts

Wat mag je zeker niet doen?

- Steun niet op een onderbeengips zonder krukken. Het gips kan breken en het herstel vertragen.
- Maak het gips niet nat.
- Plaats geen ijs of coldpack direct op de huid. Dit kan vriesletsels veroorzaken.
- Krab niet met voorwerpen onder het gips.
- Strooi geen talkpoeder in het gips.
- Bestuur geen voertuig zolang je in het gips zit.

Wat te doen bij pijn?

- Breng ijs of een coldpack aan op het open deel van het gips.
- Houd het lidmaat omhoog.
- Neem pijnmedicatie volgens het voorschrift van de arts.

Inspuitingen tegen bloedklonters

Bij een gips kan de bloedcirculatie verminderen, vooral bij een onderbeengips bij volwassenen. Dit verhoogt het risico op bloedklonters (trombose). Je arts kan daarom inspuitingen voorschrijven die je zelf thuis dagelijks kunt toedienen.

- Je krijgt kant-en-klare spuitjes voorgeschreven.
- Spuit deze in het buikvet.
- Houd ongeveer 5 cm afstand van de navel.
- Wissel dagelijks tussen de linker- en de rechterzijde van de buik.
- Kleine blauwe plekken op de buik zijn een normale bijwerking van de inspuitingen.

Krukken

Op een kalk-onderbeengips mag je niet steunen. Gebruik hiervoor krukken.

Op de Spoedgevallendienst kun je krukken aankopen, die kosten € 20 en worden verrekend via de factuur.

Als je dat verkiest, kan je ook krukken huren bij een thuiszorgwinkel.

Wanneer contact opnemen?

Neem contact op met je huisarts, behandelende arts of de Spoedgevallendienst in deze gevallen:

- Als de voet of hand van het gegipste lidmaat slap wordt, tintelt, gevoelloos en koud aanvoelt of blauw kleurt.
- Bij hevige pijn die niet verdwijnt met paracetamol.
- Als het gips in de huid snijdt of te hard drukt.
- Als het gips loskomt of breekt.

Contactgegevens

Raadpleging Orthopedie

050 36 53 10

Huisartsenwachtpost

1733

Spoedgevallendienst AZ Sint-Lucas

050 36 91 12

Bij dringende problemen

112