

Spoed



# Tips bij gips

Informatiefolder

# 01

## Tips bij gips

Om het letsel (meestal een breuk of een kwetsuur van een gewrichtsband) zo goed mogelijk te laten genezen, kreeg je een gipsverband. In deze folder vind je heel wat raadgevingen.

Onmiddellijk na het letsel wordt vaak een **'open gipsverband'** aangelegd. Dit laat zwellen beter toe zonder bijkomende klachten te veroorzaken. Later (ongeveer na één week) wordt dit gipsverband meestal vervangen door een tweede 'gesloten' gipsverband. Op een open gips mag je **nooit** steunen.

Bij een ouder letsel of wanneer we vermoeden dat er geen ernstige zwelling zal optreden, leggen we meestal een **gesloten gipsverband** aan. Dit hoeft normaal gezien tijdens de behandelingsduur niet vervangen te worden.

Definitieve gipsverbanden bestaan meestal uit **synthetisch** gipsmateriaal. Dit is lichter en aangenamer om dragen. De patiënt dient hier zelf een kleine kostenbijdrage te leveren, na ontvangst van de ziekenhuisfactuur.

Deze synthetische gipsen mogen reeds na 30 minuten belast worden (op steunen of lopen).

Voor tijdelijke gipsen worden vooral kalkgipsen gebruikt. Deze zijn zwaarder en daardoor minder comfortabel. De kosten voor deze gipsen worden volledig gedragen door het ziekenfonds. Op een kalkgips mag je pas na 48 uur steunen of lopen!

## 02 Doen!

Het is belangrijk om regelmatig:

- het ingegipste lidmaat in **hoogstand** te brengen
- een bankje onder het ingegipste been te zetten dat minstens even hoog is als de stoel of zetel waarop je zit
- een kussen onder de ingegipste arm te leggen
- aangrenzende lichaamsdelen die niet in het gips zitten regelmatig te bewegen en te oefenen (vb. vingers, tenen, schouder, knie)
- span de spieren onder het gips af en toe eens op (zeker deze van de dij als die mee ingegipst werd).

**03****Niet doen!**

- Het gipsverband nat laten worden; dit geldt zowel voor een kalk als een synthetisch gipsverband.
- Steunen of lopen op een (half-) open gips (mag niet!).
- Vreemde voorwerpen in het gipsverband steken.
- Watten van het gips plukken.
- Het gips drogen door kunstmatige hitte.
- Zelf knippen, snijden of zagen in het gips.
- Scherpe voorwerpen gebruiken bij jeuk.

## 04 En als het jeukt?

Als je last hebt van jeuk onder het gipsverband, dan kan je best:

- met een haardroger lauwe/koele lucht achter het gips inblazen (geen hete lucht!)
- eventueel bij de apotheker een spray-poeder bestellen.

## 05 Opgelet!

In volgende gevallen moet je zo snel mogelijk naar de dichtstbijzijnde dienst spoedgevallen:

- Wanneer je vingers of tenen gevoelloos, blauw, bleek, zeer koud op opgezwollen zijn.
- Wanneer het gips werkelijk oncomfortabel zit of pijn veroorzaakt omdat het gipsverband te vast of te los zit.
- Wanneer het gipsverband week wordt of scheuren vertoont.
- Wanneer een bijzonder slecht ruikende geur uit het gips komt.
- Wanneer het gipsverband ernstig nat of beschadigd werd.

In uitzonderlijke gevallen wensen patiënten om toch regelmatig met het gipsverband in contact met water te komen. Indien de behandelend arts dit toestaat, kunnen we zorgen voor:

- een zwemgips
- een gipshoes.

Vraag ernaar als je hiervan wilt gebruikmaken.



## Vragen?

Contacteer in eerste instantie je huisarts. Indien de huisarts je doorverwijst of niet bereikbaar is, kan je contact opnemen met:

spoedgevallen  
tel.: 011 69 93 33



**Diestersteeweg 100 • 3800 Sint-Truiden**

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10

info@stzh.be • www.sint-trudo.be