

GIPSEN

Waarom een gips?

Een gips ondersteunt en beschermt gekwetste beenderen en weke weefsels, vermindert de pijn en de zwelling. Op spoed leggen we een open gips aan. Deze gipsspalk staat beter een zwelling toe na kwetsuren of ingrepen. Daarom wordt een open gips aangelegd bij "verse" letsels om verdere zwelling toe te laten en inklemming van het gekwetste lidmaat te voorkomen.

Aandachtspunten bij een open gips.

Zelfzorg

De opzetting, van het lidmaat, ten gevolge van het ongeval of de ingreep kan druk veroorzaken in jouw gipsspalk gedurende de eerste 48 tot 72 uur. Hierdoor kan het aangetaste lidmaat flink spannen in de gips. Na het aanleggen van een gipsverband is het dan ook zeer belangrijk het lidmaat de eerste 2-3 dagen in hoogstand te houden om zwelling te voorkomen. Deze hoogstand en rust is pijnstillend en bevordert het genezingsproces.

Om zwelling te voorkomen of te verhinderen moet je:

- Het getroffen lidmaat hoger plaatsen dan de hartstreek. Deze hoogstand zorgt ervoor dat de zwelling afneemt. Geef hier extra aandacht aan indien je een draagdoek of sling hebt dat deze correct gebruikt wordt. Dit betekent dat de pols hoger ligt, in de draagdoek, dan de elleboog. Indien je een letsel aan de benen hebt leg dan voldoende kussens onder je been voor voldoende hoogstand.
- De vingers en/of de tenen regelmatig bewegen, dit geeft een pompeffect om het teveel aan vocht te verwijderen.
- Leg ijs op de gipsspalk, steek het ijs in een plastic zak en wikkel die losjes rond de spalk, aan 't open gedeelte, ter hoogte van het letsel.



Onderhoud van de gips

Een goed onderhouden gips bevordert een goed herstel.

- Hou je gipsverband droog. Vochtigheid verzwakt de gips en een vochtige gips verweekt en beschadigt de huid.
- Belast een onder- of langbeengips nooit. Dit is geen loopgips! Indien je stapt op jouw gips breekt deze en geeft deze niet meer voldoende stevigheid.
- Zorg dat er geen vuil, zand of poeder in de gips terecht komt.
- Steek nooit voorwerpen zoals breinaalden in de gips om te kunnen krabben. Gebruik evenmin poeders of deodorant om het jeuken te bestrijden. Met een haardroger (op koude lucht) blazen achter de gips kan wel verlichting geven. In de apotheek kan je ook een spray (Confort Aid®) halen die verlichting geeft bij jeuk.

Alarmsignalen na het aanleggen van een gips

Indien je één van de onderstaande symptomen vertoont dien je je behandelende orthopedist onmiddellijk te raadplegen. Indien je nog geen behandelende orthopedist hebt, of je kan deze niet bereiken, neem je best contact op met de dienst spoedgevallen.

- Sterk toenemende pijn die wordt veroorzaakt door zwelling en het gevoel dat het gipsverband teveel knelt.
 - Voos gevoel en tintelingen in hand of voet, te wijten aan overdreven druk op de zenuwen.
 - Verlies van beweeglijkheid in vingers of tenen moet onmiddellijk meegedeeld worden aan jouw arts.
- 



Preventieve zorgen en nazorg

Preventie

- Het belang van hoogstand en het vermijden van zwelling is hierboven al meerdere keren benadrukt.
- Gebruik een sling, draagdoek of krukken correct zodat er zo min mogelijk overbelasting van andere ledematen is.
- Indien je een gips hebt, aan het onderbeen of het volledig been, zal er preventief antitrombotica (Clexane®) opgestart worden voor het vermijden van een klein bloedklontertje. Tenzij je reeds NOACS of coumarinederivaten moet innemen dan mag je bijkomend geen Clexane® krijgen.

Nazorg

Je dient op controle te komen bij de orthopedist. Je gaat deze afspraak meekrijgen op spoed of je wordt hiervoor gecontacteerd door de secretaresse van de dienst orthopedie.





Nuttige telefoonnummers

- **Dienst spoedgevallen: 011 71 59 95**

Enkel naar spoed bellen bij ongerustheid of alarmsignalen in verband met de gips.

- **Secretariaat orthopedie: 011 71 58 06**

Contact opnemen met het secretariaat bij vragen over de afspraak bij orthopedie.

**Indien je ongerust bent of bijkomende vragen hebt,
kan je ons steeds contacteren op het volgende
nummer 011 71 59 95**