

Spood: Spalken & Gipsen

Waarom spalken en gipsen?

Spalken en gipsverbanden ondersteunen en beschermen gekwetste beenderen en weke weefsels, verminderen de pijn, de zwelling en spierspasmen.

Spalken of 'open gipsen' staan beter een zwelling toe na kwetsuren of ingrepen.

Daarom wordt een spalk aangelegd bij "verse" letsels om verder zwelling toe te laten en inklemmingen te voorkomen. Na het verdwijnen van de zwelling kan een volledig gipsverband de spalk vervangen.

Preventief start men ook antitrombotica op.

Het wennen aan een gipsverband?

De opzetting ten gevolge van het ongeval of de ingreep kan druk veroorzaken in jouw gipssplak of -verband gedurende eerste 48 tot 72 uur.

Hierdoor kan het aangetaste lidmaat flink spannen in de gips.

Om die zwelling te voorkomen of te verhinderen moet je:

- het getroffen lidmaat hoger plaatsen dan de hartstreek.
Deze hoogstand zorgt ervoor dat het vocht en/of het bloed naar beneden afvloeit.
- de vingers en/of de tenen regelmatig bewegen, dit geeft een pompeffect om het teveel aan vocht te verwijderen
- ijs leggen op de gipsspalk. Steek het ijs in een plastic zak en wikkel die losjes rond de spalk ter hoogte van het letsel.



Alarmsignalen na het aanleggen van een gips.

Na het aanleggen van een gipsverband is het 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.

Indien je één van volgende symptomen vertoont dien je je behandelende orthopedist onmiddellijk te raadplegen:

- 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
- branderig gevoel en prikkelingen op de huid ten gevolge van overdruk
- verlies van beweeglijkheid in vingers of tenen moet onmiddellijk meegedeeld worden aan jouw arts

Het onderhoud van jouw gipsverband.

Een goed onderhouden gips bevordert een goed herstel.

- Hou je gipsverband droog. Vochtigheid verzwakt de gips en een vochtige polstering verweekt en beschadigt de huid.
- Belast je rustgips niet. Dit is geen loopgips!
- Zorg dat er geen vuil, zand of poeder in de gips terecht komt
- Steek nooit voorwerpen zoals breinaalden, metalen kleevers in de gips om te krabben. Gebruik evenmin poeders of deodorant om het jeuken te bestrijden.