



Gipsverband arm



Met deze folder willen wij u graag informeren over het gipsverband dat u zojuist om uw arm heeft gekregen (op de afdeling Spoedeisende hulp). Het gipsverband dat op de Spoedeisende hulp wordt gebruikt is van kalk. Het zorgt er voor dat het bot in de goede stand blijft staan en biedt bescherming aan een beschadigd gewricht of pezen. Door dit gipsverband zult u ook minder pijn ervaren.

Kalkgips

Kalkgips is pas na 24 tot 48 uur volledig droog en hard. Het is van belang dat u om die reden op de onderstaande punten let:

- Laat uw gips (deze eerste twee dagen) **niet** op een harde ondergrond rusten.
- Het gips mag niet nat worden, bij douchen kunt u bijvoorbeeld een douchehoes/plastic zak gebruiken ter bescherming. Een gips-douchehoes kunt u kopen bij de Zorgwinkel van het Erasmus MC.
- Jeuk kan door vocht tussen uw huid en het gips ontstaan. Dit vocht kunt u bestrijden door te föhnen tussen huid en gips. Doe dit niet te heet in verband met kans op verbranden van de huid.

Let op: Gebruik geen scherpe voorwerpen zoals een breinaald om de jeuk te bestrijden. Dit kan ernstige huidbeschadigingen veroorzaken.

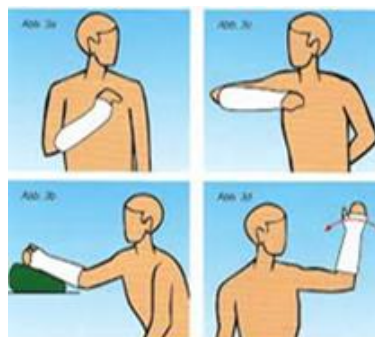
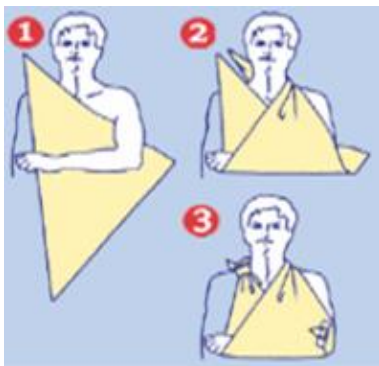
Zwelling

Houdt uw ingegipste arm omhoog om te voorkomen dat uw arm/hand (verder) gaat zwellen. Eventuele ringen kunt u om die reden beter af doen. Draag uw arm in een mitella en zorg hierbij dat uw hand hoger is dan uw elleboog. Uw hand moet volledig in de mitella rusten. In de nacht kunt u uw arm op een kussentje laten rusten en doet u de mitella af.

Advies

Om uw gewrichten soepel te houden en de bloedsomloop te stimuleren is het van belang dat u 2 à 3 keer per dag oefeningen doet.

- Maak een vuist en strek uw vingers.
- Draai met uw schouder rondjes.
- Als uw elleboog niet is ingegipst buigt en strekt u de elleboog.



Wanneer moet u contact opnemen met het ziekenhuis?

- Als u vingers blauw, wit of erg dik worden;
- Als uw vingers tintelen en dit niet overgaat;
- Als u uw vingers nauwelijks kunt bewegen;
- U pijn of knelling voelt die niet overgaat;
- Het gips gebroken of gescheurd is;
- Het gips nat geworden is.

Pijn

U mag tegen de pijn de volgende pijnmedicatie gebruiken:

.. x daags,.....mg paracetamol tablet

.. x daags,.....mg naproxen tablet

.. x daags,.....mg tramadol tablet

Anders namelijk:

Afspraak voor controle

U wordt verzocht een afspraak te maken voor controle op de gipskamer over: dagen

Vragen

Heeft u nog vragen dan kunt u altijd contact opnemen met:

Gipskamer Maandag t/m vrijdag van 08.00 – 16.30 uur, telefoonnummer voor volwassenen: (010) 703 34 52; t elefoonnummer voor kinderen: (010) 703 60 56

Spoedeisende Hulp **Na 16.30 uur en in het weekend**, telefoonnummer: (010) 704 01 45

Meer informatie

Zorgwinkel

Aan de Zimmermanweg 3 (naast de hoofdingang) vindt u de zorgwinkel van het Erasmus MC. Hier kunt u terecht voor het kosteloos lenen van zorghulpmiddelen en het kopen van handige hulpmiddelen die kunnen bijdragen aan het herstel, denk hierbij aan een gips-douchehoes, mitella, braces, elastische veters, anislipmat en meer. Voor meer informatie (010) 704 11 76 of kijk op www.zorgwinkelerasmusmc.nl.



