

ORTHOPEDIE

# Gipsverband



Vandaag kreeg je een gips. Dit verband moet comfortabel zitten. 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.

## Dont's

### Wat mag je zeker niet doen?

- Plaats geen ijs of een coldpack rechtstreeks op de huid. Dit geeft vriesletsels.
- Krab niet met scherpe voorwerpen zoals breinaalden onder het gipsverband.
- Strooi geen talkpoeder in het gipsverband: dit geeft meer jeuk, korrelt en kan drukletsels geven.
- Maak het gipsverband niet nat. Een kalkgips wordt week in contact met water.
- Steun niet op je gipsverband tenzij je een loopgips of loopschoen hebt. Steunen brengt de genezing in het gedrang want het gipsverband kan hierdoor breken, scheuren of indeuken.
- Bestuur geen voertuig.

## Do's

### Wat moet je wel doen?

- Om zwelling te vermijden of te beperken en het ontzwellen te stimuleren:
  - Leg het gips (arm of been) in hoogstand
  - Breng ijs of een coldpack aan op het gipsverband ter hoogte van de breuk. Geen coldpack? Vul een plastic zakje met ijsblokjes en wikkel dit zakje in een handdoek.
- Bij pijn:
  - Leg ijs of een cold-pack op het gipsverband ter hoogte van de breuk.
  - Leg gips (arm of been) in hoogstand.
  - Neem de pijnmedicatie zoals voorgeschreven. Heb je geen voorschrift ontvangen, dan kan je paracetamol zoals Dafalgan of Perdolan Mono innemen. Deze kan je zonder voorschrift krijgen bij de apotheek.
- Bij jeuk en geurtjes:
  - Blaas met een haardroger koude lucht tussen de huid en het gipsverband.
  - Gebruik een poederspray. Dit kun je krijgen bij de apotheek. Gebruik dit NIET als er onder het gipsverband ook wonde is.
  - Beweeg regelmatig de gewrichten die niet in het gips zitten, voornamelijk tenen en vingers.

## Wanneer neem je contact op?

Contacteer je huisarts, de arts-specialist of de Spoedgevallendienst:

- als de voeten of handen van gegipste lidmaat slapen, tintelen, gevoelloos, koud of blauw worden.
- als je hevige pijn hebt.
- als je gips te veel in je huid snijdt of duwt.
- als je gips open komt of breekt.

## Krukken

Heb je krukken nodig?

Je kunt deze huren bij een thuiszorgwinkel of aankopen in de Spoedgevallendienst.

### Meer informatie of een afspraak maken?

Raadpleging Orthopedie

☎ 050 36 53 10

Spoedgevallendienst

☎ 050 36 91 12



### AZ Sint-Lucas Brugge

📍 Sint-Lucaslaan 29, 8310 Brugge

☎ 050 36 91 11 ✉ info@stlucas.be 🌐 www.stlucas.be