



PEDIATRIE

Raadgevingen bij het dragen van een gipsverband

I. WAT TE DOEN OM ZWELLING TE VOORKOMEN?

De **eerste 48 uur** na een ongeval kunnen de weefsels ter hoogte van het letsel een belangrijke zwelling vertonen. Deze zwelling kan ernstige gevolgen hebben, daarom is het belangrijk om:

- **te rusten, met het lidmaat in hoogstand:**
 - een arm draagt men het best in een draagdoek, zodat de pols zich hoger bevindt dan de elleboog;
 - een been laat men zo weinig mogelijk naar beneden hangen. De voet moet in zittende of liggende positie ± 15 cm hoger liggen dan het zitvlak.
- **oefeningen te doen.**
Spierbewegingen bevorderen de bloedsomloop, daarom zijn volgende oefeningen aangeraden:
 - been: de knie plooiën en strekken, de tenen bewegen,
 - arm: de elleboog strekken en plooiën, de vingers bewegen,
 - een gips rond de knie: regelmatig de dijspieren aanspannen door het been op te tillen.

Tenzij de arts anders voorschrijft, is het aan te raden om deze oefeningen 10 x na elkaar en 4 à 5 maal per dag uit te voeren.

II. WAT TE DOEN BIJ EEN LOSZITTENDE OF GEBROKEN GIPS?

Wanneer een **gips loszit of gebroken** is, neemt men best contact op met:

- de consultatie kinderorthopedie
Tel. 02 477 60 61
- buiten de kantooruren, met de spoedgevallendienst
Tel. 02 477 51 00

III. WAT TE DOEN BIJ JEUK?

Om **jeuk te verzachten** bestaan er speciale spuitbussen "comfort aid", verkrijgbaar in uw apotheek. Ga **nooit met een scherp voorwerp** krabben, want dit kan wondjes veroorzaken.

IV. ALARMSIGNALEN.

Mogelijke **alarmsignalen** zijn:

- Gevoelstoornissen aan vingers of tenen, zoals tintelingen of slapend gevoel.
- Blijvende of toenemende pijn.

- Pijn bij bewegen van vingers of tenen.
- Een witte of blauwe verkleuring van de huid.
- Vieze geurtjes die van onder het gips komen.
- Wondvocht of bloed dat door het gips komt.

Als U één of meerdere van deze signalen opmerkt en zeker als spieroefeningen en hoogstand van het lidmaat geen verbetering brengen, neem dan zo spoedig mogelijk contact met ofwel:

- uw huisarts,
- de dienst kinderorthopedie, of
- de spoedgevallendienst

V. GOED OM WETEN.

Het duurt ongeveer 48 uur vooraleer een **klassieke witte gips** droog is. Men mag op een witte gips dus niet onmiddellijk steunen. Met een gips zonder aangepaste gipschoen mag men nooit stappen.

Een **synthetische gips** is ongeveer na 30 à 60 minuten droog. Men mag enkel steunen, als de arts dit toelaat. Er bestaan **speciale zwemgipsen** voor kinderen. Na het zwemmen moet men deze gips goed naspoelen en laten drogen aan de lucht.

Gebruik nooit een haardroger.

Met vriendelijke groeten van het verpleegkundig team van de raadpleging kinderorthopedie – traumatologie

Deze folder is indicatief en geeft enkel informatie van algemene aard. Volledige informatie, aangepast aan de situatie van elke patiënt afzonderlijk, wordt door de arts verstrekt. Volledige of gedeeltelijke overname van de tekst is niet toegestaan.

Universitair Ziekenhuis Brussel

Laarbeeklaan 101

1090 Brussel

Tel: 02 477 41 11 - www.uzbrussel.be - info@uzbrussel.be

Uitgave: april 2009

Verantwoordelijke uitgever: Prof. dr. Y. Vandenplas



Universitair Ziekenhuis Brussel

KINDERORTHOPEDIE
02 477 60 61



PEDIATRIE

Conseils aux patients porteurs d'un plâtre

I. QUE FAIRE POUR PREVENIR LE GONFLEMENT ?

Au cours des **48 premières heures après un accident**, les tissus à l'endroit de la lésion peuvent gonfler de façon importante. Ce gonflement peut entraîner des conséquences graves. Il est dès lors important de:

- **se reposer avec le membre surélevé, c.à.d.:**
 - le bras est de préférence soutenu dans un bandage en écharpe de façon que le poignet soit plus haut que le coude;
 - il faut éviter, autant que possible, de laisser pendre la jambe au repos.
 - En position assise ou couchée, le pied doit se trouver à ± 15 cm au dessus du plan d'appui.
- **faire des exercices.** La circulation sanguine est stimulée par l'activité musculaire. Les exercices suivants peuvent être faits:
 - plier et étendre le genou; mobiliser les orteils;
 - étendre et plier le coude; mobiliser les doigts;
 - si le plâtre enserre le genou, tendre régulièrement les muscles de la cuisse en soulevant la jambe.

Vous pouvez faire ces exercices une dizaine de fois l'un après l'autre, à raison de 4 à 5 fois par jour, en respectant les directives du médecin.

II. QUE FAIRE SI LE PLATRE EST DESSERRÉ OU BRISE ?

Si un **plâtre est desserré ou brisé**, prenez contact avec:

- la consultation d'orthopédie pédiatrique
Tel. 02 477 60 61
- en dehors des heures ouvrables,
le service des urgences
Tel. 02 477 51 00

III. QUE FAIRE EN CAS DE PRURIT (démangeaisons) ?

Ne jamais gratter avec un objet tranchant car cela pourrait provoquer de petites blessures. On peut se procurer en pharmacie des bombes à aérosols "comfort aid".

IV. SIGNES D'ALARME

Les **signes d'alarme** sont comme suit:

- des sensations anormales au niveau des doigts ou des orteils, comme des picotements, ou les doigts ou les orteils qui "dorment".

- douleur croissante et persistante.
- de la douleur aux mouvements des doigts ou des orteils.
- une coloration blanche ou bleue de la peau.
- des mauvaises odeurs émanant de dessous le plâtre.
- des suffusions ou du sang imprégnant le plâtre.

Au cas où l'un ou plusieurs de ces signes d'alarme se manifestent et certainement s'ils persistent malgré les exercices musculaires et la position surélevée du membre, prenez dès que possible contact avec:

- votre médecin de famille, ou
- notre service d'orthopédie pédiatrique, ou
- le service des urgences.

V. INFORMATIONS UTILES

Un **plâtre blanc classique** ne devient sec qu'après environ 48 heures. On ne peut jamais s'appuyer immédiatement sur un plâtre blanc. On ne peut jamais marcher avec un plâtre non pourvu d'une botte de marche.

Un **plâtre synthétique** devient sec après 30 à 60 minutes. On ne peut prendre appui dessus que si le médecin le permet. Il existe des **plâtres spéciaux** pour enfants, permettant la natation. Après la baignade, ces plâtres doivent être rincés et ensuite séchés à l'air libre.

N'utilisez jamais un sèche-cheveux.

Avec les souhaits amicaux de l'équipe infirmière d'orthopédie – traumatologie – pédiatrique

Cette brochure se limite aux renseignements de nature générale. Votre médecin vous fournira les informations complètes et adaptées à votre cas. La reproduction complète ou partielle du texte n'est pas autorisée.

Universitair Ziekenhuis Brussel

Laarbeeklaan 101

1090 Brussel

Tel: 02 477 41 11 - www.uzbrussel.be - info@uzbrussel.be

Edition: avril 2009

Editeur responsable: Prof. dr. Y. Vandenplas



Universitair Ziekenhuis Brussel



ORTHOPEDIE
PEDIATRIQUE
02 477 60 61