Gips om been

Spoedeisende hulp

Locatie Hoorn/Enkhuizen

DIJKLANDER ZIEKENHUIS

Gips om uw been

U bent bij ons op de spoedeisende hulp geweest. Aldaar hebben ze u gips om uw been gegeven. In deze folder vindt u informatie over het gips.

Gips

U heeft een gipsverband om uw been gekregen. Dat is gemaakt van kalk. Deze kalk wordt hard. Dit zorg ervoor dat uw arm in de juiste stand blijft staan. Tevens biedt het bescherming aan beschadigde gewrichten, pezen en steunweefsel.

Het aanleggen

Er wordt eerst een soort sok om been arm gedaan, vervolgens komt daar een wattenverband overheen en daar wordt het gips overheen gelegd. Het gips wordt nat gemaakt om het de goede vorm om uw been te kunnen gegeven. Als het opdroogt wordt het hard.
Het gips wordt als een spalk aangebracht, dit betekent dat 1 kant openblijft.
Soms wordt het gips rondom de arm aangebracht en wordt er later een reepje uitgezaagd. Dat een kant openblijft is nodig om de zwelling goed de ruimte te geven, zodat de bloedsomloop in de arm niet wordt belemmerd. Zodra de zwelling is afgenomen kan, indien nodig, het gips helemaal rondom het been gemaakt worden. Dit gebeurt op de gipskamer.

Adviezen gips

- Kalkgips is pas na 24 tot 48 uur volledig droog en hard
- Laat het gips om uw been deze eerste dag niet op een harde ondergrond rusten, maar bijvoorbeeld op een kussen
- U mag niet lopen met kalkgips (dan breekt het gips). U kunt lopen met behulp van krukken zonder uw voet op de grond te laten steunen. De krukken krijgt u mee op de spoedeisende hulp
- Het gips mag niet nat worden, bij het douchen kunt u bijvoorbeeld een douchehoes/plastic zak gebruiken ter bescherming
- U kunt last hebben van jeuk. Dit komt door vocht tussen uw huid en het gips. De

jeuk kunt u tegengaan door te föhnen tussen huid en gips. Doe dit met koude lucht om mogelijke verbranding van de huid te voorkomen. Gebruik geen voorwerpen zoals een breinaald om de jeuk te bestrijden, dit kan ernstige huidbeschadigingen veroorzaken

Zwelling

Het is belangrijk uw ingegipste been zo veel mogelijk omhoog te houden om te voorkomen dat uw arm/hand gaat zwellen. Daarvoor worden de volgende adviezen gegeven:

- Eventuele sieraden afdoen
- Wij adviseren u uw been hoog te houden. Probeer daarbij uw voet hoger te leggen dan uw knie en uw knie hoger te leggen dan uw heup
- Leg uw been overdag op een kussen op een stoel of een krukje. 's Nachts kunt u het voeteneind van uw bed omhoog doen. Dit kan door een kussen onder het voeteneinde van uw matras te leggen.
- U in de eerste periode niet te veel met krukken loopt, omdat het been dan veel naar beneden hangt

Advies en oefeningen

Om uw gewrichten soepel te houden en de bloedsomloop te stimuleren, adviseren wij uw om de volgende oefeningen 2 tot 3 keer per dag te doen:

- Beweeg uw tenen naar u toe en daarna weer van u af
- Als u zit: til uw been gestrekt gedurende 3 tellen op
- Als uw knie niet is ingegipst, buigt en strekt u de knie

Contact

Bij een van de volgende klachten vragen wij om contact op te nemen met het ziekenhuis:

- Als uw 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 knellen voelt die niet overgaat
- Het gips gebroken of gescheurd is
- Het gips nat geworden is
- Als u vragen heeft

Tijdens kantooruren van maandag tot en met vrijdag kunt contact opnemen met de gipskamer.

Hoorn: 0229 - 208 259
Purmerend: 0299 - 457 620

Indien de gipskamer gesloten is kunt contact opnemen met de spoedeisende hulp.

Hoorn: 0229 - 257257
Purmerend: 0299 - 457 457

Wij wensen u een voorspoedig herstel!

Notities:

Locatie Enkhuizen
Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn
Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend
Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam
Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl

FLD-02079-NL 21-02-2023

DIJKLANDER ZIEKENHUIS