

# Zwemgips

U heeft zwemgips gekregen op de gipskamer. Dit houdt in dat u een gips heeft van een kunststof materiaal zonder watten. Dit gips mag nat worden. U kunt met dit gips onder de douche, in bad en zwemmen.

## **Wat te doen met het gips na het douchen, baden of zwemmen**

Zorg ervoor dat het gips goed droogt nadat het nat is geweest.

- Spoel het gips grondig na met schoon water:
  - Nadat u heeft gedoucht, gebaad of gezwommen.
  - Na zwemmen in vies water (af te raden).
  - Als er zand onder het gips is gekomen (probeer dit te voorkomen).
  - Als er zeepresten onder het gips komen.
- Armgips: laat uw arm hangen en laat zoveel mogelijk het water uit het uiteinde van het gips lopen.
- Beengips: buig uw tenen naar boven en beneden zodat het water langs de tenen het gips uit kan lopen en hef het been, zodat het water erboven uit kan lopen.
- Droogdeppen met een handdoek.
- Bij mooi weer droogt het gips snel aan de lucht in het zonnetje.
- Gebruik eventueel een föhn op de koude/lauwarme stand.

## **Algemene adviezen**

- Beweeg uw vingers en tenen regelmatig om zwelling en stijve gewrichten te voorkomen.
- Gebruik geen scherpe voorwerpen om jeuk te bestrijden. Dit veroorzaakt vaak ernstige huidbeschadigingen.

## **Bij welke klachten moet u bellen?**

- Irritatie van de huid.
- Als uw vingers/tenen tintelen, dik worden of blauwpaars of wit verkleuren en deze klachten niet verdwijnen na het hoogleggen of houden van de arm of het been.
- Als het gips scheuren of barsten vertoont.

Vanzelfsprekend kunt u voor klachten en vragen van maandag tot en met vrijdag bellen met de Gipskamer. Langskomen graag pas na telefonisch overleg.

De Gipskamer is geopend van 8.30 - 17.00 uur; het telefoonnummer is (0299) 457 615.

Bij problemen buiten de openingstijden van de Gipskamer kunt u bellen met het ziekenhuis, telefoon (0299) 457 457 en vragen naar de afdeling Spoedeisende hulp.

*De Gipsverbandmeesters van het Dijklander Ziekenhuis*