



# Zwemgips

Gipskamer

# Zwemgips

Op de gipskamer is een zwemgips aangelegd. Dit houdt in dat er een gips is aangelegd van een kunststof materiaal zonder watten. Het gips mag nat worden. Dit gips is geschikt voor douchen, baden 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.
- Arm gips: laat uw arm hangen en laat zoveel mogelijk het water uit het uiteinde van het gips lopen.
- Been gips: 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.
- Gebruik eventueel een föhn op de koude/lauwwarme 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.
- Ga niet met nat gips naar bed.
- Houd er rekening mee dat de zwem vaardigheid minder is met gips. Houd toezicht op uw kind als hij/zij met zwemgips in het water is.

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

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

## **Contact**

Bij vragen of klachten kunt u telefonisch contact opnemen met de gipskamer;

### **Hoorn:**

- Telefonisch spreekuur tijdens kantooruren van 8.30 - 10.00 en 13.30 - 15.00 uur belt u 0229-208259.
- Buiten kantooruren belt u de Spoedeisende Hulp 0229-257699

### **Purmerend:**

- Tijdens kantooruren van 9.00 tot 16.30 uur belt u 0299-457615.
- Buiten kantooruren belt u de Spoedeisende Hulp 0299-457620.

NB: Ga met vragen of klachten niet naar de huisarts of de huisartsenpost. Neem altijd contact op met het ziekenhuis.

De gipskamer heeft ook een internetsite met informatie: [www.dijklander.nl/zorg/afdelingen/gipskamer](http://www.dijklander.nl/zorg/afdelingen/gipskamer)

**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](http://www.dijklander.nl)  
[info@dijklander.nl](mailto:info@dijklander.nl)



FLD-01721-NL 07-01-2021