

Zwemgips

U heeft op de gipskamer zwemgips gekregen. Dit is gemaakt van kunststof en zorgt er voor dat u het aangedane lichaamsdeel niet kunt bewegen. Op deze manier krijgt het beschadigde bot, gewricht of pees voldoende rust om te genezen. Het zwemgips is op een speciale manier aangelegd. Daardoor mag het nat worden en kunt u ermee baden, douchen en zwemmen.

Algemene adviezen bij zwemgips

Belangrijk is dat u de volgende adviezen opvolgt:

- Houd er rekening mee dat u minder goed kunt bewegen in het water door het gipsverband. Probeer eerst in ondiep water hoe het gaat en ga dan pas in het diepe!
- Beweeg de vingers regelmatig om zwelling en stijve gewrichten te voorkomen.
- Zorg dat er geen vuil tussen het gips en de huid kan komen. Dit kan huidirritatie geven.
- Gebruik geen scherpe voorwerpen tegen de jeuk. Dit geeft vaak ernstige huidbeschadigingen. Jeuk ontstaat vaak door vocht. Föhn daarom het gips droog of gebruik een speciale spray (bijv. Cool Talc).

Na het zwemmen, douchen of baden

- Zwemmen in natuurwater mag (meren, rivieren of de zee). Als er vuil of parasieten vanuit het water onder het gips komen, kan er huidirritatie optreden. Bij voorkeur alleen zwemmen in een zwembad met chloorwater. Spoel het gips na het zwemmen, baden of douchen na met schoon water.
- Armgips: laat de arm hangen en laat zoveel mogelijk het water uit het uiteinde van het gips lopen.
- Zorg ervoor dat het gips goed droogt nadat het nat is geweest. Dit kunt u doen door het gips te drogen met een handdoek. Vervolgens kunt u, als het mooi warm weer is, in de zon gaan zitten met het gips. Anders moet u het gips droog föhnen, gedurende 15 minuten op de lauwwarme stand.

Wanneer moet u contact opnemen?

Neem contact op met de gipskamer:

- als uw vingers tintelen, dik worden of paarsblauw verkleuren en de klachten niet verdwijnen na een uur hoog houden van de arm;
- als u uw vingers niet of nauwelijks kunt bewegen;
- het gips pijn veroorzaakt of knelt;
- als u het gips ondanks het föhnen niet droog krijgt;
- als het gips scheurt of te weinig steun geeft.

Vragen

Heeft u vragen of opmerkingen, dan kunt u bellen met de gipskamer. Buiten kantoortijden belt u met de Spoedeisende hulp. Langskomen graag pas na telefonisch overleg.

www.mcl.nl

Gipskamer
(ma t/m vrij, 8.30 – 16.30 uur)

058 - 286 69 04

Spoedeisende Hulp

058 - 286 66 66