

## Leefregels voor kinderen met kunststof of gipsverband

### Inleiding

U ontvangt deze informatie omdat uw kind op één van onze gipskamers een kunststof- of gipsverband heeft gekregen. Dit gips ondersteunt het lichaam van uw kind en zorgt ervoor dat het aangedane lichaamsdeel rust krijgt. Het gips is nodig om het herstel te bevorderen.

Het kan uw kind ook hinderen bij zijn of haar normale dagelijkse bezigheden. Zo gaan sommige handelingen moeilijker en uw kind kan ook last krijgen van jeuk of andere ongemakken.

In deze patiënteninformatie geven wij u eerst een algemene uitleg over de soorten kunststof- en gipsverband.

Met de tips en leefregels willen wij u en uw kind helpen om zo goed mogelijk om te gaan met het kunststof- of gipsverband.

### De soorten kunststof- en gipsverband

Er bestaan verschillende soorten kunststof- en gipsverband. Welk verband uw kind krijgt, hangt af van de aard van de aandoening.

#### 1. Klassiek gipsverband

Dit gipsverband wordt aangelegd na een operatie of na een bezoek aan de Spoedeisende Hulp. Dit gips, vaak aangelegd als spalk, bestaat hoofdzakelijk uit kalk. Het duurt ongeveer 24 uur voordat dit gips uitgehard is. Tijdens het uitharden komt er nog wat vocht uit het gips.

Dit gips wordt meestal maar korte tijd gedragen (ongeveer een week). Na die periode bekijken we de situatie opnieuw. Het gips stabiliseert de arm of het been. Het is belangrijk dat uw kind dit gips **niet** belast.



#### 2. Kunststofverband

Er zijn twee soorten kunststofverband: een rigide en een semi-rigide variant. Deze brengen wij aan op de gipskamer bij het eerste bezoek aan de polikliniek.

##### a. Rigide kunststofverband (hardcast)

Dit kunststofverband is hard en sluit geheel rondom de arm of het been. Dit verband wordt aangelegd als de zwelling, die ontstaan is door de breuk van het bot, is afgenomen. Deze kunststofverbanden zijn er in verschillende kleuren. Het materiaal is soms wat scherper en ruwer dan gipsverbanden.

Het volledig uitharden van dit verband duurt ongeveer

30 minuten. Daarom is ons advies bij een onderbeens

kunststofverband (ofwel onderbeens looggips) om het been pas te gaan belasten na deze 30 minuten.

### b. Semi-rigide kunststofverband (softcast)

Dit flexibele kunststofverband gebruiken we veel voor afneembare spalken (braces) en bij kinderen. Het materiaal is en blijft enigszins flexibel. Hierdoor kunnen we dit materiaal openknippen en openbuigen, zodat dit als een afneembare brace gebruikt kan worden. Als de softcast nat is geworden, kunt u deze drogen op de verwarming of in de zon.

Dit kunststofverband is na het aanleggen al binnen 5 minuten droog en redelijk sterk. Vaak zal het direct verwerkt worden als een brace en kan uw kind deze ook direct gebruiken.

### 3. Thermoplastisch materiaal

Veel spalken voor hand- en vingerletsels bestaan uit kunststof thermoplastisch materiaal. Dit vervormt bij temperaturen boven 50 graden Celsius. Daarom mag u de spalk niet in de zon of op een warme plek leggen. Ook mag u de spalk niet schoonmaken met heet water.



### Tips en leefregels

Gips beperkt de bewegingsvrijheid van uw kind. Dat is vervelend. Met de volgende tips en leefregels heeft uw kind er zo weinig mogelijk hinder van en verkleint hij/zij de kans op complicaties.

#### Houd het gips droog

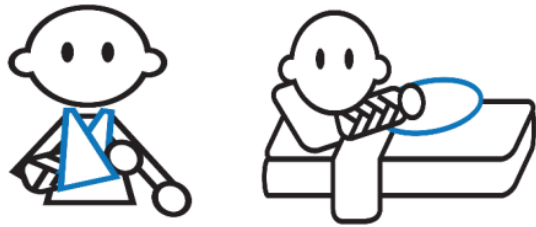
Gips kan niet goed tegen water. Neem daarom voorzorgsmaatregelen als het gips nat kan worden. Dek bijvoorbeeld het gips volledig af tijdens het douchen. U kunt speciale douchehoezen kopen bij de apotheek. Ook via internet zijn douchehoezen te bestellen: [www.lomedshop.nl](http://www.lomedshop.nl)



#### Voorkom zwelling: houd arm of been omhoog

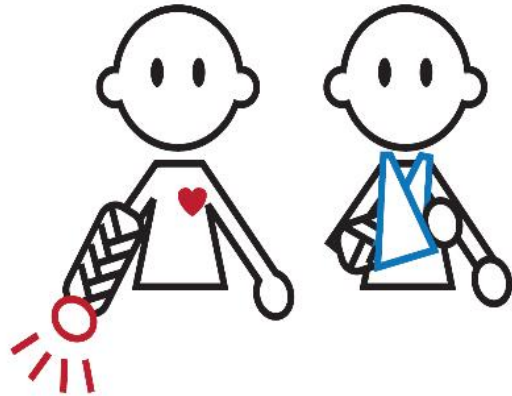
Vooraf kort na het breken/blessen van de arm, het been of een ander lichaamsdeel ontstaat veel zwelling. Hierdoor kan uw kind een bekneld gevoel krijgen. Na het aanleggen van nieuw gips kan dit aanvoelen als een strak

zittend verband.



### Gips om de (onder)arm

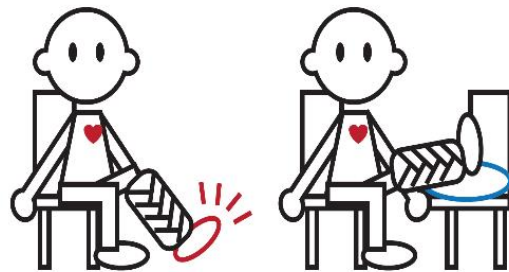
Laat uw kind de pols hoger dan de elleboog houden. Dit kan overdag het beste door een mitella of sling te dragen. Er is een aparte informatiefolder beschikbaar over het gebruik van een sling. Laat uw kind 's nachts de arm op een kussen leggen.



### Gips om het (onder)been

De voet van uw kind moet op harthoogte liggen. De voet moet dus hoger liggen dan de knie en de knie weer hoger dan de heup. Laat uw kind overdag het been op (gestapelde) kussens leggen.

's Nachts kunt u het voeteneinde van het matras met kussens ophogen.



### Houd het gips heel

Gips bepaalt grotendeels het succes van de behandeling. Uw kind moet dus voorzichtig zijn en het gips niet kapot laten gaan. Als dit toch gebeurt, neem dan direct telefonisch contact op met de gipskamer. Doe dit ook als een gipsaanpassing nodig is.

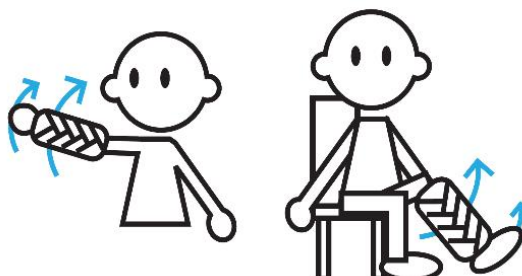


## Blijf bewegen

Ondanks de beperkingen van het gips is het belangrijk dat uw kind zo veel mogelijk de gewrichten blijft bewegen.

### Bij armletsel

- Beweeg zoveel mogelijk de schouder en/of elleboog.
- Strek en buig volledig de vingers die niet in het gips zitten.

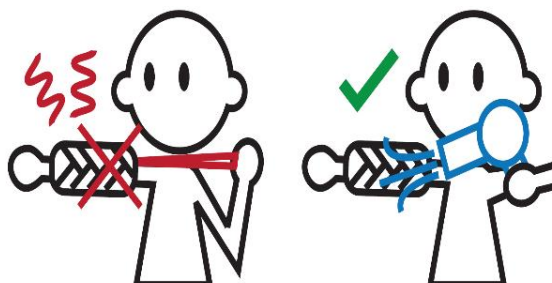


### Bij beenletsel

Beweeg heup, knie, enkel en tenen. Span de (boven)beenspieren aan door het been gestrekt te heffen.

## Wat te doen bij jeuk?

**Steek niets tussen de huid en het gips.** Hoe verleidelijk dit ook is. Bij jeuk of irritatie kunt u het beste gebruikmaken van een anti-jeuk spray (Castblast). Ook kan de koude lucht van een föhn of stofzuiger verlichting geven. Stop zeker **geen breinaald** tussen het gips en de ledemaat!



## Wat te doen bij te strak gips?

Uw kind kan het gevoel hebben dat het gips de arm of het been afknelt. Het is dan belangrijk een aantal dingen na te gaan: heeft uw kind goed rust gehouden? Heeft hij/zij steeds de pijnstilling ingenomen? Heeft uw kind het aangedane ledemaat hoog gehouden? (zie voorgaande plaatjes)

Een voorbeeld: het gips gaat niet strakker zitten, maar de hand zwelt op. Dat opzwellen is goed te verhelpen. U kunt de volgende 3 checks doen om te kijken of er echt sprake is van beknelling:

### Check 1. Controleer de doorbloeding

Dit doet u door bijvoorbeeld met een vinger op een nagel te drukken.

Een nagel is normaal roze en wordt witter bij indrukken. Als u de nagel vervolgens weer loslaat, kleurt deze weer roze.

Blijft de nagel na loslaten wit, neem dan contact op met de gipskamer.



### Check 2. Controleer gevoel in teen of vinger

Raak de teen of vinger aan met bijvoorbeeld een potlood of pen. Voelt uw kind de aanraking? Dan is het goed.

Heeft uw kind geen gevoel meer in de teen of vinger? Neem dan contact op met de gipskamer.



### Check 3. Controleer de beweging

Een vermindering van beweging en kracht kan wijzen op een beknelling

van de spieren. Als het bewegen echt pijn doet, neem dan contact op met de gipskamer.

Zwelling van de vingers is een nare bijwerking van gips maar niet altijd spoedeisend. Het kan ook een teken zijn van strak gips. Als de bovenstaande controles goed zijn, hoeft u zich geen zorgen te maken. Bij extreme zwelling kunt u telefonisch contact opnemen met de gipskamer.



### Controleer drukplekken en/of wondjes

Een pijnlijk, branderig gevoel onder het gips kan een signaal zijn van een wondje. Als dit klachten geeft, neem dan contact op met de gipskamer.

### Medicatie

#### Gebruik paracetamol tegen de pijn

Volg de instructies van de behandelend arts over pijnmedicatie op. Deze kunnen per leeftijd verschillen.

### Overige klachten en problemen

Als het kunststof- of gipsverband is gebroken of veel te los is gaan zitten, waardoor dit het lichaam van uw kind niet meer ondersteunt, maakt u telefonisch een afspraak met de gipskamer. Ook in geval van

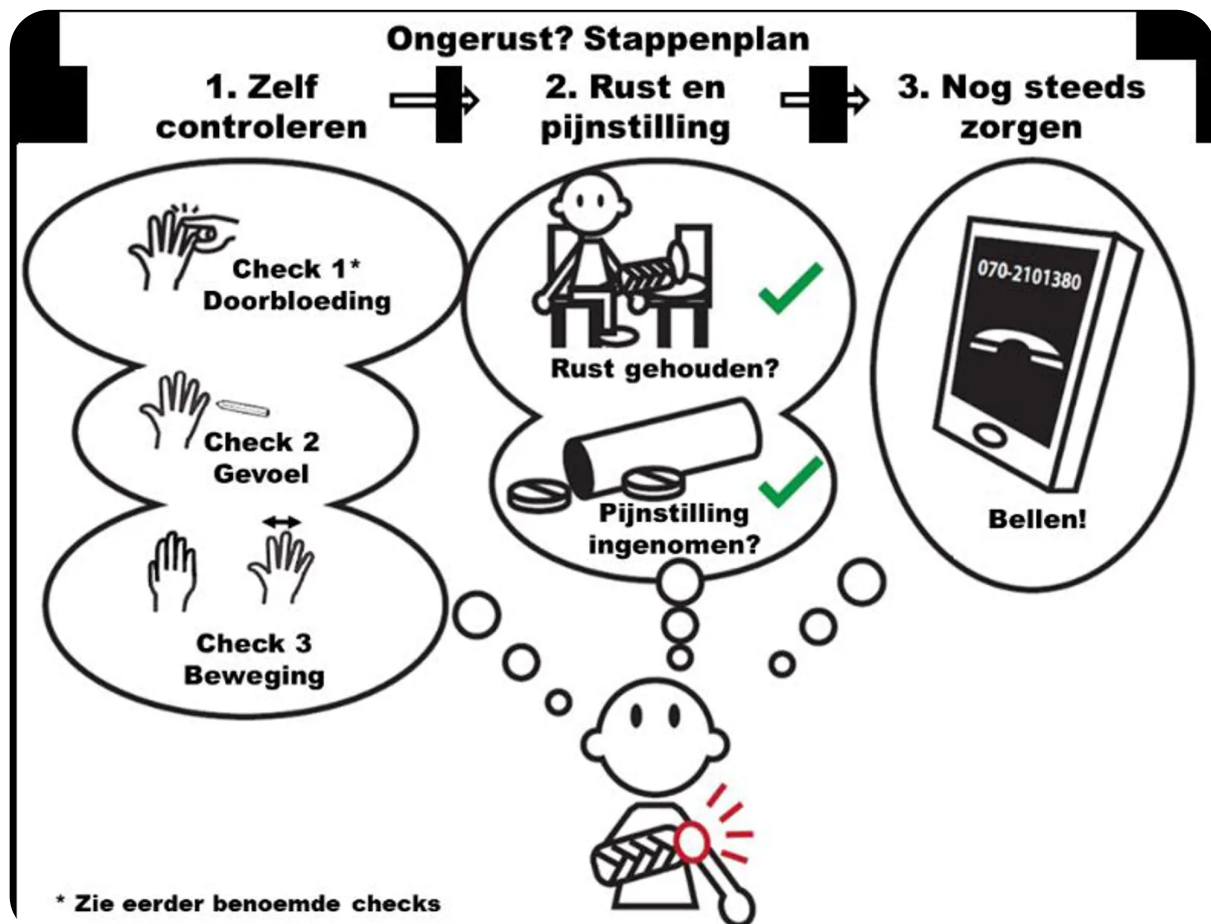
voortdurende pijn op één plaats of een schurend gevoel, neemt u met de gipskamer telefonisch contact op. Breng zelf géén wijzigingen aan in een kunststof- of gipsverband.

## Het gebruik van krukken

Als uw kind niet op het geblesseerde been mag of kan staan, of als uw kind het been gedeeltelijk mag belasten, bieden krukken uitkomst. Er is een aparte informatiefolder over het gebruik van krukken: 'Met krukken lopen – Hoe doe je dat?'.  
\*

## Wat te doen bij klachten?

Voor alle klachten over het kunststof- of gipsverband neemt u telefonisch contact op met de gipskamer.



## Hoe kunt u ons bereiken?

Voor vragen over afspraken kunt u op werkdagen en tijdens kantooruren bellen met:

- **Chirurgie** : (070) 210 2732
- **Orthopedie** : (070) 210 6398
- De **gipskamer** is bereikbaar op: (070) 210 1380.

Buiten bovengenoemde tijden raden wij u aan uw huisarts of het algemene nummer van het Hagaziekenhuis te bellen, (070) 210 0000.

Bij spoed kunt u contact opnemen of overleggen met de Spoedeisende Hulp van ons ziekenhuis.

## Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

### Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

### Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

### Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

### Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.