

Efter gipsning

Denna anvisning är avsedd för att utskrivas. Anvisningen innehåller ställen som ska fyllas i.

Syftet med gipsbehandling är att stöda den skadade kroppsdelens så att den hålls orörlig. Efter en skada uppstår det svullnad. Svullnaden avtar ofta inom två veckor.

Gör så här

- Gipset får inte trycka så att det uppstår smärta. Lederna som förblir utanför gipset måste vara fritt rörliga. Färgen på tårna/fingrarna måste hela tiden vara god och det får inte förekomma tilltagande svullnad i dem.
- Gipset får inte bli vått. När du duschar ska du skydda gipset med en handduk och plast ovanpå, fäst plasten tätt t.ex. med målartejp.
- Du får inte bada bastu eller bada när du har gips.
- Du får inte trycka några som helst föremål i gipset eftersom detta kan skada huden och orsaka inflammation.

Om utbyten gipsen för ny gipsen/ skenan/ ortosen får du ett separat tidsbeställning brev.

Stygn avlägsnande: _____

Rehabilitering

Rör aktivt fingrarna/tårna i den gipsade kroppsdelens. På så sätt minskar svullnaden och blodcirkulationen förbättras och återhämtningen framskrider bättre. Spänn och slappna av musklerna under gipset för att bevara muskelstyrkan. Det är viktigt att du följer de instruktioner du fått om rörligheten. För tidig belastning kan försämra eller fördröja läkning av frakturen.

Smärtbehandling

Ta smärtstillande medicin enligt de instruktioner du fått.

För att minska svullnaden och smärtan håll den gipsade kroppsdelens i högläge, alltså högre upp än hjärtat, när du vilar.

Kylförpackning på gipset kan i vissa fall lätta smärtan och svullnaden.

Efter att gipset avlägsnats

- Det är bra att bada och smörja in armen/benet.

- Du får röra på och belasta armen/benet enligt läkarens instruktioner.

Ta kontakt om

- det uppstår bristningar i gipset, det går sönder eller är för stort.
- gipset trycker, skaver eller känns trångt och svullnaden inte avtar trots högläge i en halvtimme och smärtstillande medicin.
- fingrarna/tårna är kalla, blåa eller saknar känsel.
- gipset luktar eller är vått.
- du får feber över 38 grader.

Egentliga Finlands sjukvårdsdistrikt • www.vsshp.fi/sv • Växel 02 313 0000

Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande.