

ÚTMUTATÓ A GIPSZKÖTÉST VISELŐ PÁCIENSEK SZÁMÁRA

A **gipszkötés** kb. fél-egy óra alatt keményedik meg, és eközben kissé felmelegszik. Ez alatt a begipszelt végtagnak teljesen mozdulatlanoknak kell lennie.

A **gisz** két-három nap alatt szárad meg, akkorra éri el teljes szilárdságát, ezért ez alatt az idő alatt ne terhelje, és semmilyen ruhadarabbal ne késleltesse a száradását.

A **gipszet nem szabad benevesíteni**, mert azzal megrongálhatja.

Ne távolítsa el a gipsz alatti **pólyát** (vatta ...).

Ne vakarja a bőrét a gipsz alatt (kötőtű ...), és ne dugjon alá semmit, mert azzal felsértheti a bőrét, illetve kisebesedhet tőle a bőre.

Ha talp nélküli gipsze van, akkor nem szabad terhelnie a lábát, ezért járás közben **használjon mankót**.

Ne javítgassa vagy vágja le a gipsz szélét, és ne vegye le a gipszmesterrel való előzetes konzultáció nélkül.

Vegye le a sérült végtagjáról **az ékszereket**, és addig ne viselje őket, amíg be van gipszelve.

Ha járógipszet kapott, akkor **úgy járjon, hogy:**



A lábát ne forgassa a talpán, és a talpát mindig tartsa előre maga előtt. Ha a talpa a teste mögé kerül, akkor a lábujjaira fog támaszkodni, ami miatt megsérülhet vagy **eltörhet a gipsz**.

Ha nyitott gipszet kap (friss sérülés, megdagadt végtag), akkor azt részben körbetekerjük mull pólyával, hogy ne nyíljon szét idő előtt. Ha a végtagja túlságosan megdagadt vagy nagyon nyomja a gipsz, akkor tekerje le a mull pólyát. Ha a helyzet nem javul, akkor kérjen tanácsot a gipszmestertől.

Ha a sebész **hűteni** rendeli a begipszelt testrészt, akkor azt többféle segédeszközzel is megteheti: zselével (kriopak), hűtőtáskával vagy jégkockával. Használat előtt a hűtő eszközt csavarja törölközőbe, tegye műanyag zacskóba, aztán helyezze rá a sérült testrészre. A sérült végtagot **óránként 15 percig kell hűteni**.

Ügyeljen rá, hogy ne menjen a gipsz alá homok, fű, szennyeződés vagy valamely más szemcsés anyag.

Rendszeresen ellenőrizze a gipsz állapotát, hogy nem sérült-e meg, és szükség esetén kérjen tanácsot a gipszmestertől.

Figyelje a bőre állapotát is (azt, ami kilátszik, elsősorban a gipsz szélén). Ha kipirosodott vagy sérült, akkor kérjen tanácsot a gipszmestertől.

Az első 3-5 napban a sérült végtagot felemelt helyzetben kell tartani (a kéz- vagy a lábujjaknak a szív magassága felett kell lenniük). A végtagot éjszakára is alá kell polcolni. Az alsó végtagot támassza alá teljes hosszában (nem csak a talpat).

Mozgassa az ujjait, feszítse meg az izmait, és óránként legalább 5 percig végezzen gyakorlatokat a gipsz alatti testrésszel.

A gyakorlatok és a felpolcolt végtag csökkentik a sérülés utáni duzzanat kialakulásának veszélyét és serkentik a vérkeringést.

FIGYELEM!

HA:

- erősödik a fájdalma,
- égető érzése van a begipszelt testrészben,
- kiterjedt duzzanatok keletkeztek a gipsz alatt,
- az ujjai megdagadtak, hidegek vagy kékes színűek,
- nem tudja mozgatni az ujjait,
- bizseregnek az ujjai,
- bűdös szag árad a gipsz alól,

AKKOR AZONNAL MENJEN VISSZA A RENDELŐBE, mégpedig:

délelőtt az ambuláns rendelőbe,

délután, éjszaka, hétvégén és ünnepnapokon pedig a Sürgősségi Osztályon rendelőjébe.

Gyors felépülést kívánunk!

Szerzők: Andrej Kramer, egészségügyi technikus gipszmester, és dr. Draga Brile, asszisztens, sebész specialista;
rajzok: Mateja Zvonar Kandare