

### Over een gipsverband voor een been/voet

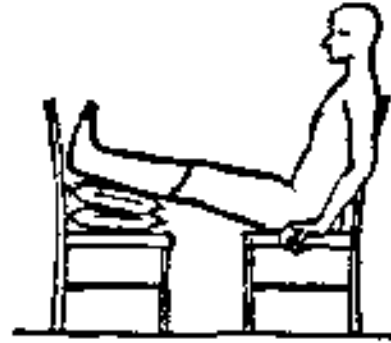
#### Inleiding

Voor de behandeling van uw gekwetste been of voet hebt u een gipsverband gekregen. Indien u een gipsspalk hebt gekregen, moet u er rekening mee houden dat deze 48 uur moet drogen. Een kunststof gips heeft een droogtijd van ongeveer één uur.

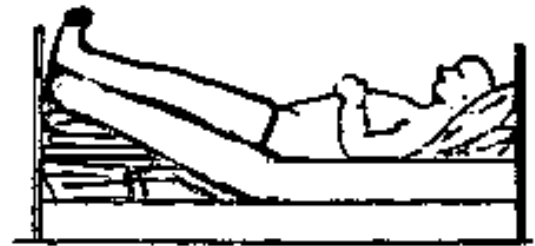
Tijdens uw bezoek aan het ziekenhuis hebben we u al een en ander verteld over een gipsverband. In deze folder geven we u nog graag enkele adviezen, zodat uw letsel volgens plan kan genezen.

#### Wat wel en niet mag/kan met gips

- 1 Een gipsspalk mag niet worden belast; hierop mag u dus nooit lopen. Een kunststof gips mag alleen worden belast als uw arts hiervoor toestemming heeft gegeven.
- 2 Als u het gips niet mag belasten, kunt u eventueel krukken gebruiken om alleen het hoognodige te lopen (bijvoorbeeld naar de wc en naar bed). Krukken kunt u lenen bij de Vierstroom. U kunt ook krukken huren van de Meditheek; hierover kunt u via de gipskamer of de Spoedeisende Hulp informatie krijgen.
- 3 Voor het zitten (ook op het werk en op school) geldt steeds: het been hoog leggen, dat wil zeggen: voet hoger dan de knie, knie hoger dan de heup en goed met kussens ondersteunen (zie de plaatjes).



Het been hoog leggen: de voet hoger dan de knie, de knie hoger dan de heup en goed met kussens ondersteunen



- 4 Het gips mag niet nat worden, dus u mag er niet mee douchen zonder bescherming. Ter bescherming van uw verband tijdens het douchen kunt u gebruik maken van een speciale beschermhoes. Hebt u hierover geen informatie(folder) gekregen, belt u dan naar het secretariaat van onze afdeling, telefoon: (0182) 50 53 27.
- 5 U mag gedurende de tijd dat u onder behandeling bent, niet zelfstandig een voertuig besturen (dus niet autorijden, (brom)fietsen, e.d.).

6 U mag ook nooit:

- het gips verwarmen;
- het gips stoten of breken;
- het gips op een harde ondergrond of rand laten rusten;
- krabben in het gips met scherpe voorwerpen (de wondjes die hierdoor worden veroorzaakt, kunnen vervelende infecties tot gevolg hebben).

**Tip:** als u last heeft van jeuk, kunt u dit verminderen door met de stofzuiger langs de randen te zuigen.

### **Problemen?**

U kunt zich telefonisch bij ons melden als:

- u onder het gips meer pijn krijgt in plaats van minder pijn;
- tenen dik en blauw worden en/of gaan tintelen;
- tenen wit worden en/of pijn doen;
- het gips is gebroken.

### **Informatie**

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: [www.ghz.nl](http://www.ghz.nl).

Ook kunt u bellen naar het algemene informatienummer (0182) 50 50 50.

### **Vragen?**

Hebt u na het lezen van deze folder vragen over het gips of over uw afspraak of wilt u een afspraak maken of wijzigen, dan kunt u contact opnemen met de gipsverbandmeesters. Tussen 8.00 en 9.00 uur zijn zij bereikbaar op telefoon: (0182) 50 51 20. Bij acute problemen kunt u altijd bellen.

In geval van drukte kunt u de voicemail inspreken, de gipsverbandmeester belt u dan zo spoedig mogelijk terug. Als de gipsverbandmeester afwezig is, wordt u automatisch doorgeschakeld naar de Spoedeisende Hulp.

### **Colofon**

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda  
productie : Marketing & Communicatie  
mei 2014  
08.02.016