

Er is zojuist zwemgips aangelegd, in deze folder kunt u lezen hoe u hier mee om moet gaan. De informatie is een aanvulling op de mondelinge informatie die u hierover heeft gekregen van de gipsverbandmeester.

Algemene informatie over zwemgips

Op de gipskamer is een zwemgips aangelegd. Dit houdt in dat er een gips is aangelegd van een kunststof materiaal zonder watten. Bij zwemgips is er geen beschermlaag van watten omdat watten niet goed opdrogen. Het gips mag dus gewoon nat worden, u kunt er mee douchen en zwemmen.

Waar moet u op letten met zwemgips?

- Zwemgips heeft veel voordelen maar u moet er wel voorzichtig mee omgaan. Houd dus voldoende rust.
- Als u gips om uw onderarm heeft, is het belangrijk dat uw vingers en elleboog goed blijft bewegen.
- Als u gips om uw onderbeen heeft, is het belangrijk dat u uw tenen en knie goed blijft bewegen.
- U mag zwemmen met het gips. Let er wel op dat uw zwemslag verandert. U kunt met het zwemgips dus minder goed zwemmen. Als uw kind zwemgips heeft, laat hem of haar dan in het ondiepe gedeelte van zwembad blijven.
- Als u jeuk krijgt, steek dan geen voorwerpen onder het gips. Hierdoor kunnen wonden ontstaan die gaan ontsteken.
- Ga nooit in de volle zon zitten of liggen met het gips. Door de warmte kunt u uitslag op de huid onder het gips krijgen.

Hoe droogt u zwemgips?

Na het douchen en/ of zwemmen kunt u het volgende doen om het zwemgips te laten drogen:

- Laat het water uit allebei de kanten van het gips lopen.
- Dep het gips droog met een handdoek
- Laat het gips aan de lucht drogen
- Droog het gips met de koude of lauwe stand van de föhn. Dit kunt u ook doen als u jeuk krijgt onder het gips. U mag dit meerdere keren per dag doen.

Door bovenstaande punten te combineren, zal het gips na een paar minuten al droger aanvoelen.

Contact opnemen met het ziekenhuis

U dient contact op te nemen met de gipskamer van het ziekenhuis of op vakantie met een ziekenhuis of arts in de buurt als:

- Het zwemgips knelt/ te strak zit, de vingers/tenen tintelen en dit niet verdwijnt nadat u de arm/ het been hoog hebt gelegd.
- U last van scherpe randen heeft die wondjes kunnen veroorzaken.
- U uw vingers/ tenen niet of nauwelijks kunt bewegen
- Het zwemgips scheurt of breekt.
- Het vermoeden bestaat dat er een wond of infectie onder het zwemgips aanwezig is.

Bij vragen of opmerkingen kunt u contact opnemen met de gipskamer vis 020-755 6115.
Bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 08:30-16:30 uur.