

Stützverbände – rund um den Gips

Patienteninformationen

Liebe Patientinnen und Patienten

Gips ist nicht mehr gleich Gips. Ihr «Gips» besteht aus einem modernen Polyestergewebe, das mit einem wasser-aktivierbaren Polyurethanharz getränkt ist und in der Regel aus zwei verschiedenen Teilen angelegt wird:

- Die Longuetten, die im Frakturbereich als Verstärkung dienen und vollkommen aushärten.
- Der zirkuläre, weiche Teil, der flexibel und biegsam ist, aber trotzdem formstabil bleibt.

Die Vorteile dieser Technik

Im Gegensatz zum herkömmlichen harten Gips/Kunststoff ist dieses Material viel leichter, luftdurchlässiger, wasserunempfindlich* und weicher. Dies erhöht den Tragekomfort erheblich, und durch diese flexible, hautnahe Fixation ist eine optimale Frakturstabilisierung gewährleistet. Positiver Effekt ist zudem, dass sich der Muskelschwund deutlich verringert.

Wichtiges in den ersten Tagen

Ihr «Gips» ist in den ersten 24 Stunden nach dem Unfall gespalten, das heisst, man schneidet ihn wieder auf, so dass er sich, wenn es eventuell zu einer Zunahme der Schwellung kommt, etwas weiten kann. Nach 4 bis 5 Tagen, wenn die Schwellung abklingt, wird dieser mit einer speziellen Binde wieder geschlossen – in Ausnahmefällen erneuert. Da eine Ödembildung (Anschwellen der Finger/Zehen) nach einem Unfall (Knochenbruch) praktisch immer auftritt, sollte man einiges beachten:

*Wasserunempfindlich heisst nicht, dass man mit einem solchen «Gips» ins Wasser darf! Das Problem ist hier die auf der Haut aufliegende Polsterung – wenn diese sich vollsaugt und nicht vollkommen trocknen kann, weicht die Haut auf und es kommt so vermehrt zu Reibungsverletzungen! Also abdecken mit einem Plastiksack oder mit speziellen Säcken aus der Apotheke. Sollte der «Gips» trotzdem einmal nass werden, kann man ihn etwas föhnen (nicht zu heiss) oder in der Sonne trocknen lassen.



Hochlagern/bewegen

Den Arm oder das Bein sollte man vor allem in den ersten paar Tagen so oft wie möglich hochlagern – über die Herzhöhe! Die Finger/Zehen sollen häufig bewegt werden.



Wichtige Nummern

Gipszimmer Direkt +41 56 486 33 44
(Montag bis Freitag von 8 – 11.30 und 13 – 17 Uhr)
Notfall Direkt +41 56 486 33 31

Treppen steigen

1. Hinauf

Zuerst das gesunde Bein, dann das betroffene/operierte Bein. Zuletzt die Stöcke (evt. auch gleichzeitig mit betroffenem/operiertem Bein möglich).



2. Hinab

Zuerst die Stöcke, dann das betroffene/operierte Bein (evt. auch gleichzeitig mit den Stöcken möglich). Zuletzt das gesunde Bein.



Sinnvolle Übungen bei einem «Gips» am Arm

Diese Übungen sollten über die ganze Behandlungszeit hinweg gemacht werden! Mindestens zehn mal am Tag.

Erste Übung

Die Finger überstrecken und dann zur Faust schliessen. Man kann auch einen weichen Gegenstand in der Hand kneten oder mit Hilfe der anderen Hand die Finger strecken/biegen!



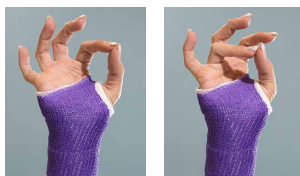
Zweite Übung

Die Finger spreizen und wieder schliessen.



Dritte Übung

Mit dem Daumen jeden anderen Finger berühren.



Muskulatur

Man kann die Muskulatur aktiv unterstützen und somit den Muskelschwund teilweise verhindern! Daher sollten isometrische Übungen gemacht werden, das heisst, aktives Anspannen und Entspannen der Muskulatur.

Frakturen am Arm

Im gut anliegendem «Gips» ist ihr Bruch vor Bewegungen geschützt, jedoch dürfen Sie keine schweren Lasten tragen oder sich mit dem verletzten Arm abstützen!

Frakturen am Bein

In der Regel dürfen Sie das Bein im «Gips» mit 10 bis 15 kg belasten, beachten Sie hier jedoch die Verordnung des Arztes (je nach Art des Bruches)! Die Belastung können Sie mit einer Waage kontrollieren. Der Bodenkontakt und eine gute Abrollbewegung sind sehr wichtig für eine bessere Durchblutung und ein sicheres Gehen.

Komplikationen – was tun wenn?

Wichtig: Finger/Zehen kontrollieren – bei Farbveränderungen (dunkelblau oder schneeweiss), Ameisenlaufen, Einschlafen oder Taubheitsgefühl bitte unverzüglich bei uns im Gipszimmer, Notfall oder bei Ihrem Hausarzt telefonisch melden! Verursacht der «Gips» durch Druck oder Reibung Schmerzen? Dann ebenfalls unverzüglich durch eine Fachperson kontrollieren lassen!

Was Sie vorher noch versuchen können

Die betreffende Extremität (Arm/Bein) hochlagern und etwas kühlen (Eis im Plastiksack). Finger/Zehen etwas durchmassieren und viel bewegen. Sofern Sie einen gespaltenen «Gips» tragen, haben Sie die Möglichkeit, die obere Binde etwas zu lockern – jedoch nie den «Gips» selber entfernen! Es besteht die Gefahr, dass sich der Bruch verschiebt.