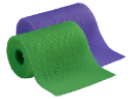


ÚTMUTATÓ A GIPSZKÖTÉST VISELŐ PÁCIENSEK SZÁMÁRA



A hagyományos gipszkötés kb. fél-egy óra alatt keményedik meg, és eközben kissé felmelegszik. Ez alatt a begipszelt végtagnak teljesen mozdulatlanoknak kell lennie. A gipsz **24-48 óra alatt szárad ki teljesen**, akkorra éri el végleges szilárdságát, ezért ez alatt az idő alatt ne terhelje, és semmilyen ruhadarabbal ne késleltesse a száradását.



A műanyag vagy más néven "könnyű" gipszkötés kb. fél-egy óra alatt teljesen megkeményedik utána az orvos utasításának megfelelően terhelhető.

ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK

- ❌ **Sem a hagyományos, sem a műanyag gipszet nem szabad benedvesíteni**, mert azzal megrongálhatja.
- ❌ **Ne távolítsa el a gipsz alatti pólyát, vattát.**
- ❌ **Ne vakarja a bőrét a gipsz alatt** (pl. kötőtűvel), és ne dugjon alá semmit, mert azzal felsértheti a bőrét, illetve kisebesedhet tőle a bőre.
- ❌ **Ne javítgassa vagy vágja le a gipsz szélét**, és semmiképp **ne vegye le a gipszet.**
- ❌ Addig **kerülje a sérült végtagon az ékszerek viselését**, amíg be van gipszelve.
- ❌ Hasított vagy körkörösített **fekvőgipsz esetén nem szabad terhelnie a lábát**, ezért **járás közben használjon mankót.**

- ! **Ügyeljen rá, hogy ne menjen a gipsz alá homok, vagy egyéb más szennyeződés.**
- ! **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 testrészsel. 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 vagy bizserognak az ujjai;**
- AKKOR AZONNAL MENJEN VISSZA A RENDELŐBE!**

**TOVÁBBI SOK HASZNOS
INFORMÁCIÓ:**



WWW.GIPSZDOKI.COM