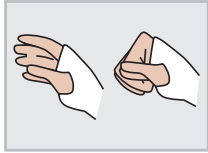
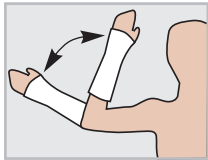


Bewegungsübungen zur Verbesserung der Durchblutung



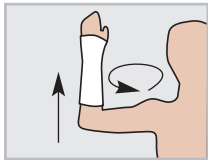
Unterarmschiene

Finger mehrmals ganz strecken und wieder zur Faust schließen.



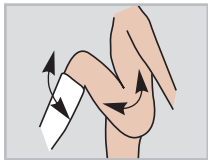
Verband bis zum Ellenbogen

Mehrmals täglich den Ellenbogen seitlich bis auf Schulterhöhe anheben und den Unterarm 6x strecken und beugen.



Schiene bis zur Schulter

Mehrmals täglich beide Arme auf Schulterhöhe anheben, dann halbkreisförmige Bewegungen im Schultergelenk



Gippschiene bis zum Knie

Mehrmals täglich 6x das Bein so weit wie möglich anwinkeln, die Zehen bewegen und den Fuß wieder abstellen.

Wichtig:

Es ist gesetzlich verboten mit einem Gipsverband Auto zu fahren.

Kontakt

Zentrale Notaufnahme

Knappschaftsklinikum Saar GmbH
In der Humes 35
66346 Püttlingen
Tel.: 06898 55-3081
Fax: 06898 55-2040

Herausgeber: Knappschaftsklinikum Saar GmbH, In der Humes 35,
66346 Püttlingen, Im Verbund der Knappschaft Kliniken



Patienteninformation

Was nach dem Anlegen einer Schiene oder eines Gipsverbandes zu beachten ist

Liebe Patientinnen und Patienten,

Sie haben bei uns einen Gipsverband erhalten. Mit diesem Informationsschreiben möchten wir Ihnen die wichtigsten Tipps und Verhaltensregeln für zu Hause mitgeben.

Beachten Sie bitte die Hinweise auf den folgenden Seiten.

Wir wünschen Ihnen eine gute und baldige Genesung.



Allgemeine Hinweise zur Pflege Ihres Gipsverbandes

- Befolgen Sie die Anweisungen Ihres Arztes.
- Beachten Sie, dass der Gipsverband ein Teil der von Ihrem Arzt verschriebenen Therapie ist.
- Vermeiden Sie Aktivitäten, die den Heilungsprozess verzögern könnten.
- Sorgen Sie dafür, dass der Gipsverband so sauber wie möglich bleibt.
- Führen Sie keine Gegenstände unter den Gipsverband ein.



- Belasten Sie den Gipsverband nicht früher als angeordnet und behandeln Sie ihn insbesondere in den ersten 24 Stunden äußerst schonend. Legen Sie ihn nicht auf Kanten oder Ecken (immer ein Kissen unterlegen).



- Tragen Sie bei Arm- und Handgipsen keine Ringe, da diese sich schon bei einer leichten Schwellung nicht mehr abnehmen lassen und es dann zu Durchblutungsstörungen kommen kann.



- Gipsverbände verlieren durch Wassereinwirkung ihre Stabilität. Halten Sie Ihren Gipsverband deshalb immer trocken.



- Sollte Ihr Gipsverband gebrochen sein, melden Sie sich bitte für einen Gipswechsel bei ihrem behandelnden Orthopäden oder in einer Notaufnahme heimatnah.

Komplikationen

Auch bei einem korrekt angelegten Gipsverband können Komplikationen auftreten. In den ersten zwei Wochen ist das Hochlagern besonders wichtig. Bei neu auftretenden Beschwerden sollte der Gipsverband für mindestens eine Stunde über Herzhöhe hochgelagert werden. Sollten sich die Beschwerden nicht verringern, melden Sie sich unverzüglich bei ihrem behandelnden Orthopäden oder in einer Notaufnahme heimatnah.



- Plötzlich auftretende Schmerzen; Druckstellen oder Scheuerschmerzen



- Starkes Anschwellen der Finger oder Zehen, blaue oder weiße Verfärbung



- Taubheitsgefühl, Kribbeln; plötzliche Bewegungseinschränkung