

GIPSKORSET

AANLEGGEN EN BEHANDELING

Inleiding

U heeft een gipskorset of krijgt binnenkort een gipskorset. Deze folder licht u in over het doel, de aanleg en praktische tips bij het dragen van een gipskorset.

Het is goed om u te realiseren dat bij het vaststellen van een aandoening en/of behandeling de situatie voor iedereen anders kan zijn.

Aandoening

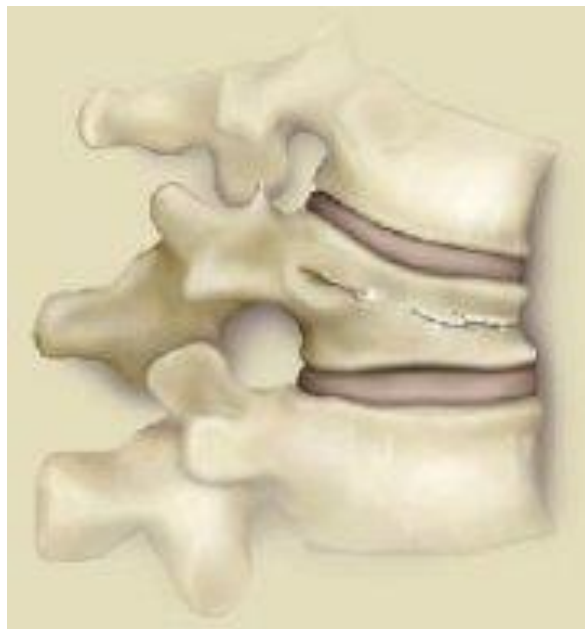
De eerste behandeling vindt vaak plaats op de Spoedeisende Hulp. De arts onderzoekt uw rug en laat röntgenfoto's en eventueel een CT- of MRI-scan maken. Na de diagnose besluit de arts om een gipskorset of afneembaar korset te geven. Hiervoor komt u gelijk of na een periode van platte bedrust op de Gipskamer.

Aandoeningen waarvoor u onder andere een korset kunt krijgen:

- Breuk van een wervel na een ongeval
- Inzakking van de wervels
- Lage rugklachten



De wervelkolom



wervelfractuur (voorbeeld)

Het doel van het gipskorset

Met een gipskorset wordt een deel van de wervelkolom vastgezet. Het korset is bedoeld om de aangedane ruggenwervel(s) zoveel mogelijk te beschermen tegen buig-, strek- en draaibewegingen.

Behandeling

Het korset is meestal gemaakt van kunststof, maar een korset van mineraalgips (= kalkgips) is ook mogelijk. Er zijn verschillende modellen gipskorsetten, met verschillende lengtes. De gipsverbandmeester legt u uit welk model u krijgt en waarom.

Het aanleggen van het gipskorset

Het aanleggen van het gipskorset, kan in zowel staande als liggende positie gebeuren. De arts geeft aan welke positie in uw specifieke situatie het beste is.

Voor het aanleggen van het gips krijgt u een katoenen hemd aan om de huid te beschermen. Afhankelijk van het gebruikte gips, wordt er door de gipsverbandmeester een keuze gemaakt voor de onderlaag.

Voor vrouwen: de gipsverbandmeester kan u vragen een (oude) BH mee te nemen, zodat deze uw borsten ondersteunt tijdens het aanleggen van het gips.

Het aanleggen van het gipskorset duurt gemiddeld 30 minuten tot 60 minuten. Hierna moet het gipskorset afhankelijk van de keuze van het materiaal, ongeveer 30 minuten drogen (bij kalkgips is dit 48 uur).

Gipsperiode

Zodra het gips hard is, mag u - afhankelijk van het soort breuk - wel of niet bewegen. De arts neemt hierover de beslissing. Uw bewegingen worden beperkt door het korset, waardoor het lastig is om een prettige houding te vinden. Als u in het ziekenhuis ligt opgenomen, dan kan een fysiotherapeut u hierbij ondersteunen. Gaat u naar huis? Dan kunt u een verwijzing voor fysiotherapie meekrijgen. De duur van de gipsperiode kan verschillen per situatie.

Adviezen

Spierpijn

Door het corrigeren van de houding in het gips, kunt u spierpijn krijgen. Paracetamol helpt meestal voldoende om die pijn te onderdrukken. U mag om de zes uur, twee tabletten van 500 mg innemen.

Overleg met uw behandelend arts wanneer dit niet voldoende pijnstilling geeft.

Pijn onder het gips

Als u pijn krijgt onder het gips, dan kunt u het beste regelmatig van houding veranderen. Helpt dit niet (meer) en blijven de klachten bestaan? Neem dan contact op met de Gipskamer (zie telefoonnummer achter in de folder).

Eten

Eet geen grote maaltijden, maar meerdere kleine porties per dag. Uw maag en buik komen anders in de knel. Probeer ook zoveel mogelijk op hetzelfde gewicht te blijven tijdens de duur van de gipsbehandeling. Ook inname van voldoende vezels en vocht is belangrijk. Dit houdt de stoelgang op gang, die langzamer kan worden door het korset en verminderde beweging.

Bij twijfel, braken, erge misselijkheid en/of langdurige obstipatie kunt u altijd contact met ons opnemen.

Schoenen

Draag schoenen met elastische veters of stevige instappers. U kunt zelf namelijk niet meer bij uw voeten komen. Eventueel een lange schoenlepel kan u hierbij helpen. Het is belangrijk goed en stevig schoeisel te dragen, dit helpt bij de stabiliteit tijdens het lopen.

Lopen

Bij het buiten lopen moet u letten op obstakels en losliggende tegels. Doordat u wat stijver loopt, kunt u minder goed naar de grond kijken en bent u minder stabiel.

Wassen

U kunt tijdens de gipsperiode niet douchen, want het gips mag niet nat worden. Bij het wassen heeft u mogelijk hulp nodig. Eventueel kunt u hiervoor thuiszorg aanvragen, dit kunt u regelen via uw huisarts.

Kleding

Uw kleding moet over het algemeen wat wijder zijn dan uw normale maat, zodat de kleding over uw korset past. Kleding met elastieken banden zit vaak prettiger dan bijvoorbeeld kleding met knopen.

Zitten

Zitten is niet makkelijk. U kunt met het gipskorset niet rechtop in een stoel zitten, het gips veroorzaakt dan een onprettige druk in de liezen. De beste houding is zitten in een glooiend zittende houding (afb. 1). Een tuinstoel met verstelbare leuning kan u helpen, met een goede zithouding.



(afb.1)

Toilet

Naar het toilet gaan kan lastig zijn, u kunt hiervoor een toilet-verhoger of – als zittend plassen niet lukt – een urinaal of po gebruiken. Deze zijn te verkrijgen bij de thuiszorgwinkel.

Slapen

Slapen is vooral in het begin erg moeilijk, maar naarmate u aan het korset went, gaat dit vaak beter. Op de zij slapen kan prettig zijn. Gebruik hierbij voor de stabiliteit een kussen tussen de benen en eventueel nog een kussen in de rug. Als u op uw rug slaapt, kan het prettig zijn om de overgang tussen het gips en de huid op te vullen met een dubbelgevouwen handdoek. Leg deze tussen de huid en de rand van het korset, of in de holling van de rug, dit zorgt ervoor dat het gips minder knelt en snijdt.

Jeuk

Als u last krijgt van jeuk, helpt het vaak om een coldpack op die plek te leggen. Deze zijn verkrijgbaar bij de apotheek. Een zak met ijsklontjes wil ook vaak helpen. Zorg er wel voor dat het gips droog blijft.

Klachten, problemen of vragen

De gipsverbandmeester legt het korset met alle zorgvuldigheid aan, maar het kan altijd voorkomen dat u toch last krijgt van het gipskorset. Bij de volgende klachten kunt u altijd de Gipskamer bellen:

- Als het korset of de randen knellen en het knellen niet over gaat
- Als het korset nat geworden is
- Als het korset gebroken is
- Als de klachten die u had in hevigheid toenemen of als er nieuwe klachten zijn ontstaan.

Wanneer u één of meerdere van bovenstaande klachten heeft, of als u vragen heeft of meer informatie wilt, dan neemt u contact op met de Gipskamer.

Franciscus Gasthuis

Chirurgisch Behandelcentrum, op werkdagen van 8.00 tot 16.30 uur, via telefoonnummer 010 – 461 6163.

Franciscus Vlietland

Gipskamer, op werkdagen van 8.00 tot 16.30 uur, via telefoonnummer 010 – 893 1931.

Buiten deze tijden kunt u bij spoed contact opnemen met de Spoedeisende Hulp:

- Franciscus Gasthuis (Rotterdam): 010 - 461 6720
- Franciscus Vlietland (Schiedam): 010 – 893 0101
(Bereikbaar van 8.00 uur tot 21.00 uur. Buiten deze uren kunt u contact opnemen met de Spoedeisende Hulp van Franciscus Gasthuis)