

## PATIENTFÖRESKRIFTER VID GIPSAD EXTREMITET

### Följ med den gipsade extremiteten

- o Fingrar och tår behöver vara varma och rörliga
- o Det är normalt att blåmärken sprider sig runt gipset, detta är ofarligt
- o De första dagarna efter gipsningen är det normalt att det värker där benbrottet finns, smärtan brukar lätta när man sätter lemmen i högläge
- o Under tiden som gipset sitter på kommer det lätt svullnader i fingrar/tår, svullnaderna lättar när man håller upp handen/foten och rör aktivt på fingrar och tår.

### Rehabilitera extremiteten under hela perioden som gipset sitter på

- o följ noggrant de muskel – och ledövningar som ni fått
- o rör på de leder som finns utanför gipset för att hindra att lederna styvnar
- o rör på de fingrar och tår som är utanför gipset för att förhindra svullnader och blodproppar
- o använd den gipsade extremiteten i de dagliga aktiviteterna, om inte läkaren angett andra råd

### Ha god omsorg om gipset!

- o Undvik att blöta ner gipset eftersom det lätt mjuknar när det blir blött
- o Gipset håller inte fukt och därför är bastubad inte tillåtet!
- o Skydda omsorgsfullt gipset med plast när ni går i duschen
- o Tag inte av gipset ens för en kort stund utan läkarens tillåtelse
- o Om förbandet runt gipset blir smutsigt eller löst, sätt ett nytt förband ovanpå det gamla
- o Prova inte gipsets hållbarhet, eftersom det lätt går sönder vilket kan leda till att benbrottets ställning försämras
- o Stöd inte på gipset innan ni fått lov av läkaren eller förrän man satt på en gipssko

### Kontakta er läkare:

- o ifall gipset spänner eller trycker på även fast ni håller det i högläge
- o ifall smärta och svullnad fortsätter trots att man håller extremiteten i högläge
- o ifall gipset går sönder, blir mjukt eller sitter löst
- o ifall gipset börjar lukta illa eller ifall ni får feber
- o ifall det kommer blod eller andra kroppsvätskor genom gipset

Kirurgiska polikliniken telnr. 06 826 4293

Avdelning 7 telnr. 06 826 4303

Jourpolikliniken telnr. 06 826 4500

**Genom att följa dessa regler garanteras det bästa vårdresultatet!**



Patientföreskrifter

06-8264444