

INFORMATION ON DEALING WITH A WATER-RESISTANT PLASTER CAST

Plaster cast care

- rinse or shower the plaster cast once a day with tap water to remove small particles of dirt and reduce odour
- only air-dry the plaster cast (do not use a hairdryer)
- rinse the plaster cast with tap water after swimming in salt or chlorine water
- do not insert any objects into the plaster cast
- if you feel a foreign body, rinse with tap water

Handling the plaster cast

- stay in the water is unlimited in time
- avoid extreme stress on the material
- with arm plaster casts, no rings may be worn (otherwise, any possible swelling may lead to circulatory problems)
- nail polish should not be worn (better visual control of blood circulation)

What to do and what to prevent

- prop up the plaster cast to promote the reduction of swelling
- don't use arm slings
- do movement exercises a few times per day – these have a positive effect on blood circulation, healing and decongestion

Complications

- pressure and abrasion points
- numbness, tingling sensation, pulsating pain
- a too firm or too loose fit of the plaster cast
- cracks, fractures or deformities of the plaster cast
- discolouration (blue or white) of fingers or toes, as well as increasing swelling
- any other problems or uncertainties with the plaster cast

Please do not hesitate and contact us immediately with any complications or questions – we are happy to help you.

Phone number Spital Oberengadin: +41 81 851 81 11



Spital Oberengadin
Ospidel Engiadin'Ota

WASSERBESTÄNDIGER GIPS
GESSO RESISTENTE ALL'ACQUA
WATER-RESISTANT PLASTER CAST



SPITAL OBERENGADIN

Via Nouva 3
7503 Samedan
T +41 81 851 81 11
F +41 81 851 85 05

www.spital-oberengadin.ch

INFORMATIONEN ZUM UMGANG MIT EINEM WASSERBESTÄNDIGEN GIPS

Gipspflege

- den Gips ein Mal pro Tag mit Leitungswasser ausspülen, um kleine Schmutzpartikel zu entfernen und schlechten Geruch zu vermeiden
- den Gipsverband nur Lufttrocknen (keinen Haarföhn verwenden)
- nach dem Schwimmen im Salz- oder Chlorwasser den Gips mit Leitungswasser ausspülen
- es dürfen keine Gegenstände in den Gips eingeführt werden
- bei Fremdkörper-Gefühl mit Leitungswasser ausspülen

Umgang mit dem Gips

- der Aufenthalt im Wasser ist zeitlich unbegrenzt
- extreme Belastungen müssen vermieden werden
- bei Arm-Gipsen dürfen keine Ringe getragen werden (bei möglicher Schwellung kann es sonst zu Durchblutungsstörungen kommen)
- es sollte kein Nagellack getragen werden (bessere optische Kontrolle der Blutzirkulation)

Was ist zu tun und was zu vermeiden

- Gipsverband hochlagern, um die Abschwellung zu fördern
- es soll keine Armschlinge verwendet werden
- mehrmals täglich Bewegungsübungen durchführen – diese wirken sich positiv auf die Durchblutung, Heilung und Abschwellung aus

Komplikationen

- Druck- und Scheuerstellen
- Taubheitsgefühl, Kribbelgefühl, pulsierende Schmerzen
- zu fester oder zu lockerer Sitz des Gipses
- Risse, Brüche oder Deformitäten des Gipsverbandes
- Verfärbung (blau oder weiss) der Finger oder Zehen, sowie zunehmende Schwellung
- jegliche anderen Probleme oder Unsicherheiten mit dem Gipsverband

Bitte zögern Sie nicht und setzen Sie sich bei Komplikationen oder Fragen umgehend mit uns in Verbindung, wir helfen Ihnen gerne weiter.

Telefonnummer Spital Oberengadin: +41 81 851 81 11

.....

INFORMAZIONI SULL'USO DI UN GESSO RESISTENTE ALL'ACQUA

Cura del gesso

- sciacquare con acqua di rubinetto o lavare con la doccia il gesso una volta al giorno per rimuovere le piccole particelle di sporco e ridurre l'odore
- asciugare il gesso solo all'aria (non usare un asciugacapelli)
- dopo aver nuotato in acqua salata o clorata, sciacquare il gesso con acqua di rubinetto
- non introdurre oggetti nel gesso
- se si sente come un corpo estraneo, sciacquare con acqua di rubinetto

Come usare il gesso

- la durata della permanenza in acqua è illimitata
- devono essere evitati pressioni e carichi estremi
- con ingessature del braccio non devono essere indossati anelli (un eventuale gonfiore può portare a problemi di circolazione)
- le unghie non dovrebbero avere lo smalto (migliore controllo visivo della circolazione del sangue)

Cosa fare e cosa evitare

- tenere il gesso sollevato per favorire la decongestione
- non usare un supporto reggibraccio
- eseguire esercizi di movimento più volte al giorno – hanno un effetto positivo sulla circolazione del sangue, la guarigione e la decongestione

Complicazioni

- pressione e sfregamento
- intorpidimento, sensazione di formicolio, dolore pulsante
- il gesso è troppo stretto o troppo largo
- crepe, rotture o deformità dell'ingessatura
- scolorimento (blu o bianco) delle dita delle mani o dei piedi e aumento del gonfiore
- qualsiasi altro problema o incertezza riguardanti la gessatura

Non esitate a contattarci immediatamente se avete complicazioni o domande, saremo felici di aiutarvi.

**Numero di telefono Ospedale dell'Alta Engadina:
+41 81 851 81 11**