

Stützverbände



Rund um den «Gips»

www.ksb.ch/gips

Kantonsspital Baden



Liebe Patientin, lieber Patient

Gips ist nicht mehr = Gips

Ihr «Gips» besteht aus einem modernen Polyestergerewebe, das mit einem wasser-aktivierbaren Polyurethanharz getränkt ist und in der Regel aus zwei verschiedenen Teilen angelegt wird:

1. Die Longuetten, welche im Frakturbereich als Verstärkung dienen und vollkommen aushärten.
2. Der zirkuläre, weiche Teil, welcher flexibel und biegsam ist, aber trotzdem formstabil bleibt.



Die Vorteile dieser Technik

Im Gegensatz zum herkömmlichen harten Gips/Kunststoff, ist dieses Material viel leichter, luftdurchlässiger, wasserunempfindlich* und weicher. Dies erhöht den Tragkomfort erheblich, und durch diese flexible, hautnahe Fixation ist eine optimale Frakturstabilisierung gewährleistet. Positiver Effekt ist zudem, dass sich der Muskelschwund erheblich verringert.

*Wasserunempfindlich heisst jedoch nicht, dass man mit einem solchen «Gips» ins Wasser darf! Das Problem ist hier die auf der Haut aufliegende Polsterung – wenn diese sich vollsaugt und nicht vollkommen trocknen kann, weicht die Haut auf und es kommt so vermehrt zu Reibungsverletzungen! Also abdecken mit einem Plastiksack oder mit speziellen Säcken aus der Apotheke. Sollte der «Gips» trotzdem einmal nass werden, kann man ihn etwas fönen (nicht zu heiss) oder in der Sonne trocknen lassen.

Wichtiges in den ersten Tagen

Ihr «Gips» ist in den ersten 24 Stunden nach dem Unfall gespalten, das heisst, man schneidet ihn wieder auf, so dass er sich, wenn es eventuell zu einer Zunahme der Schwellung kommt, etwas weiten kann. Nach 4 bis 5 Tagen, wenn die Schwellung am Abklingen ist, wird dieser mit einer speziellen Binde wieder geschlossen – in Ausnahmefällen erneuert. Da eine Ödembildung (Anschwellen der Finger/Zehen) nach einem Unfall (Knochenbruch) praktisch immer auftritt, sollte man einige Dinge beachten:

Hochlagern/bewegen

Den Arm oder das Bein sollte man vor allem in den ersten paar Tagen so oft wie möglich hochlagern → über die Herzhöhe! Die Finger/Zehen sollen häufig bewegt werden.



Treppen steigen

Hinauf

1. Gesundes Bein
2. Betroffenes/operiertes Bein
3. Die Stöcke (evt. auch gleichzeitig mit betroffenem/operiertem Bein möglich)



Hinunter

1. Die Stöcke
2. Betroffenes/operiertes Bein (ist auch gleichzeitig mit den Stöcken möglich)
3. Gesundes Bein



Sinnvolle Übungen bei einem «Gips» am Arm

Diese Übungen sollten über die ganze Behandlungszeit hinweg gemacht werden! Mindestens 10 mal/Tag.

- Die Finger überstrecken und dann zur Faust schliessen.
Man kann auch einen weichen Gegenstand in der Hand kneten oder mit Hilfe der anderen Hand die Finger strecken/biegen!



- Die Finger spreizen und wieder schliessen.



- Mit dem Daumen jeden anderen Finger berühren.



Muskulatur

Man kann die Muskulatur aktiv unterstützen und somit den Muskelschwund teilweise verhindern! Daher sollten isometrische Übungen gemacht werden, das heisst, aktives Anspannen und Entspannen der Muskulatur.

Frakturen am Arm

Im gut anliegendem «Gips» ist ihr Bruch vor Bewegungen geschützt, jedoch dürfen Sie keine schweren Lasten tragen oder sich mit dem verletzten Arm abstützen!

Frakturen am Bein

In der Regel dürfen Sie das Bein im «Gips» mit 10 bis 15 kg belasten, beachten Sie hier jedoch die Verordnung des Arztes (je nach Art des Bruches)! Die Belastung können Sie mit einer Waage kontrollieren. Der Bodenkontakt und eine gute Abrollbewegung sind sehr wichtig für eine bessere Durchblutung und ein sicheres Gehen.



Komplikationen – was tun wenn?

1. **Wichtig:** Finger/Zehen kontrollieren – bei Farbveränderungen (dunkelblau oder schneeweiss), Ameisenlaufen, Einschlafen oder Taubheitsgefühl → unverzüglich bei uns im Gipszimmer, Notfall oder bei Ihrem Hausarzt telefonisch melden!
2. Verursacht der «Gips» durch Druck oder Reibung Schmerzen? → ebenfalls unverzüglich durch eine Fachperson kontrollieren lassen!

Was Sie vorher noch versuchen können

1. Die betreffende Extremität (Arm/Bein) hochlagern und etwas kühlen (Eis im Plastiksack).
2. Finger/Zehen etwas durchmassieren und viel bewegen.
3. Sofern Sie einen gespaltene «Gips» tragen, haben Sie die Möglichkeit, die obere Binde etwas zu lockern → jedoch nie den «Gips» selber entfernen! Es besteht die Gefahr, dass sich der Bruch verschiebt.

Auskünfte

Für Auskünfte, Probleme, Termine melden Sie sich bitte telefonisch im Gipszimmer. Das Gipszimmer ist von Montag – Freitag von 8 – 11.30 und 13 – 17 Uhr besetzt.

Telefon Gipszimmer: 056 486 33 44

Ausserhalb dieser Zeit ist der Notfall bzw. Ihr Hausarzt für Sie zuständig.

Telefon Notfall: 056 486 33 23

Kantonsspital Baden AG

CH-5404 Baden

Kantonsspital Baden

