

## Gipskorset met pijp

### Gipskamer

#### Inleiding

Vanwege uw klachten of als nabehandeling van uw operatie krijgt u een gipskorset met pijp aangemeten. Dit heeft gevolgen voor het dagelijks leven. Deze folder geeft algemene informatie over de werking van het gipskorset en waar u op moet letten tijdens het dragen ervan.

#### Onderzoek of behandeling

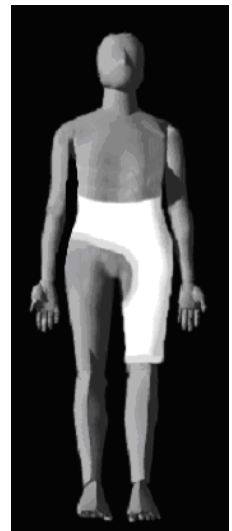
Door een gipskorset met pijp voor te schrijven, kan onderzocht worden hoe uw rug-bekkenklachten reageren op immobilisatie (vastzetten). Het pijpje zorgt ervoor dat het bekken tijdens het bewegen weinig tot niet beweegt. De onderrug blijft daardoor in een onveranderde stand, dus staat min of meer vast. Met de verkregen gegevens is het mogelijk een behandelplan te maken. De duur van het dragen van het gipskorset wordt in overleg met uw behandelend arts vastgesteld. Soms wordt het gipskorset ook als behandeling gegeven, bijvoorbeeld bij botbreuken.

#### Het aanleggen van het gipskorset

Tijdens het aanleggen van het gipskorset mag u uw ondergoed aanhouden. Uw onderbroek kunt u thuis niet meer op een normale manier uittrekken, deze moet u dan kapot knippen. U staat tussen twee palen waaraan u zich vast kunt houden, met het in te gipsen been iets gebogen in de heup en knie. Door op deze wijze het gips aan te leggen, loopt u namelijk makkelijker. Het aanleggen van het gipskorset duurt ongeveer een half uur. Het gips is na een half uur volledig uitgehard.

Het korset werkt het best als het stevig om uw lichaam zit. Als u teveel ruimte krijgt in het korset, dan geeft dit meer beweging en kunt u meer pijn krijgen.

Wij raden u aan om een joggingpak of trainingspak mee te nemen. Over het algemeen is het makkelijk om wat wijdere kleding met elastiek in de tailleband over het korset te dragen.



#### Naar huis

Nadat het gipskorset met pijp aangelegd is, kunt u weer naar huis. Zet de passagiersstoel in ligstand en zover mogelijk naar achteren als u in de auto terug naar huis rijdt. Neem ook wat kussens mee ter ondersteuning van uw knie. U mag zelf niet autorijden na het aanleggen van het gipskorset en gedurende de volledige behandeling.

#### (Pijn)klachten

Het is mogelijk dat u de eerste dagen na het aanleggen van het gipskorset spierpijn krijgt in de benen en de rug. Dit is te wijten aan de verplichte andere houding. De pijn gaat vanzelf over.

In een aantal gevallen adviseren wij u contact op te nemen met de gipsverbandmeester. Dit is het geval wanneer:

- de pijn na een paar dagen toeneemt;
- u tintelingen of een doof gevoel in uw benen krijgt.
- er pijn ontstaat door het gips, bijvoorbeeld een scherpe rand of drukpunt.

#### Praktische tips

Het is de bedoeling dat u met het gipskorset zoveel mogelijk uw normale activiteiten verricht.

Het gipskorset is zo gemaakt dat u hiermee kunt lopen en traplopen. Dat betekent dat u niet gedurende de hele behandeling in bed ligt of de hele dag op een stoel zit. Het is natuurlijk mogelijk dat uw arts u anders voorschrijft. Over het algemeen is liggen en lopen beter voor de rug dan zitten en staan.

Het gipskorset mag niet nat worden, dus douchen is niet mogelijk.

## Het zitten

Normaal kan iedereen de heupen makkelijk tot over de 90 graden buigen, maar het ingegipste been kan dit niet. Gewoon zitten is dus niet mogelijk.

U kunt bij de thuiszorgwinkel een aangepaste stoel aanvragen, een zogenoemde 'arthrodese stoel'. Dit is een speciale stoel met een deelbare zitting die u naar beneden kunt klappen, zodat u met het ingegipste been goed kunt zitten.

Verder kunt u zitten op:

- een tafelpunt, waarbij u op het ingegipste been staat en met het vrije been op de tafelpunt zit;
- een hoge kruk of barkruk. Let erop dat de kruk stabiel staat;
- een tuinstoel waarvan de leuning achterover gesteld kan worden. Deze zijn vaak wat laag en instabiel, zodat u hulp nodig heeft bij het gaan zitten en opstaan.

## Het toiletgebruik

Op een toilet zitten is vaak moeilijk en soms zelfs niet mogelijk. U kunt wel gebruik maken van:

- een toiletring met een uitsparing voor het ingegipste been;
- een po of een urinaal (zowel voor dames als heren).

## Het aan- en uitkleden

Een hulpmiddel bij het aan- en uitkleden is een lange stok met een grijpmechanisme, een zogenoemd grijphulpje.

Om uw schoenen aan te trekken, kunt u een lange schoenlepel gebruiken. Het is handig om instappers te dragen.

## Het bed

Het is verstandig om een bed in de woonkamer te zetten, zodat u regelmatig kunt gaan liggen. Als het bed wat hoger staat, kunt u makkelijker in- en uitstappen. Zet uw bed daarom op klossen of kratjes, of maak gebruik van een speciale matrassheffer (Cairlift).

Leg af en toe één of meerdere kussens onder het been of meerdere kussens in de rug.

## Slapen

Het slapen met een korset is vaak moeizaam. Langzaam zult u aan het korset wennen en dan 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.

## Eten

Probeer gedurende de dag meerdere kleine porties te eten. Bij te grote porties gaat het korset te strak zitten en komen uw buik en maag in de knel. Probeer tijdens de gipsbehandeling zoveel mogelijk op hetzelfde gewicht te blijven.

Zorg in uw eetpatroon voor voldoende vezels en vocht, dit zorgt ervoor dat de stoelgang op gang blijft.

Door het dragen van het korset en de verminderde beweging kan de stoelgang langzamer worden.

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

## Autorijden

Wij adviseren u contact op te nemen met uw zorgverzekeraar voordat u zelfstandig aan het verkeer deelneemt. Zij kennen bepaalde regels voor het autorijden tijdens het dragen van een gipskorset. Dit om problemen over de verzekering bij een eventueel ongeval te voorkomen.

## Hulpmiddelen

De volgende hulpmiddelen zijn bij een thuiszorgwinkel te verkrijgen:

- een arthrodesestoel
- een lange schoenlepel
- een po
- een vrouwen- of heren urinaal
- een toiletring met uitsparing voor het rechter- of linkerbeen
- een grijphulpje
- bedklossen
- een hoog bed
- een speciale matrassheffer (Cairlift)

## Belangrijke contactgegevens

Onderstaande telefoonnummers kunnen voor u van belang zijn:

Op werkdagen tussen 08.15 en 16.00 uur:

- Gipskamer Enschede, route C16, telefoon (053) 487 33 20;
- Gipskamer Oldenzaal, route 165, telefoon (0541) 57 40 19;

Bij problemen buiten bovenstaande uren kunt u contact opnemen met:

- Spoedeisende Hulp, ingang Spoedpost via Beltstraat 70, telefoon (053) 487 33 33

## Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de arts, arts-assistent of verpleegkundige dan om nadere uitleg.