

Gipskorset met pijp

Uw specialist heeft een behandeling met een gipskorset voorgesteld. In deze folder leest u meer over de behandeling door middel van het gipskorset. Het gipskorset bestaat uit gips vanaf uw ribbenboog tot aan één heup. Het andere been wordt tot aan uw knie ingegipst. We noemen dit een gipskorset met één pijp of een bekken-beengips.

Doel gipskorset

Er kunnen verschillende redenen zijn voor een behandeling met een gipskorset:

- Na een operatie, om steun te geven aan het geopereerde lichaamsdeel.
- Als 'proef'. Door het ingipsen verandert de lichaamshouding. De arts probeert zo inzicht te krijgen in een verandering van de pijnklachten.

Bij het dragen van een proefkorset is het belangrijk zoveel mogelijk uw gewone dagelijkse leven voort te zetten. Alleen op die manier kunnen de pijnklachten met en zonder korset met elkaar vergeleken worden. Wij raden u aan uw bevindingen op papier te zetten zodat u een geheugensteuntje heeft tijdens het gesprek met uw arts.

Aanleg gipskorset

- Het aanleggen van het gipskorset gebeurt in de gipskamer van OLVG.
- Wij raden u aan om een jogging- of trainingspak of wijde kleding met elastiek aan te trekken. Deze kleding laat zich het gemakkelijkst over een gipskorset aantrekken.
- Het aanleggen van het gips duurt ongeveer één uur.
- Het gips heeft daarna ongeveer een half uur de tijd nodig om te drogen. Wij adviseren u tot die tijd rustig aan te doen zodat het gips in de goede stand droogt.

Vervoer naar huis

Als u kunt zorgen voor vervoer naar huis, let u er dan op dat de auto een ruime instap heeft en dat de stoel van de auto in ligstand gezet kan worden. Als dit niet het geval is, zorgen wij voor vervoer naar huis per ambulance.

U mag beslist niet zelf autorijden.

Spierpijn

Het is heel goed 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 veranderde houding van uw

lichaam. Deze spierpijn is van voorbijgaande aard. Als u na vijf dagen nog steeds dezelfde pijnklachten heeft, neemt u dan contact op met de Gipskamer.

Douchen

Douchen en zwemmen is gedurende de gipsperiode niet mogelijk. Wassen aan de wastafel is de enige oplossing. Wanneer u steeds luchtige, katoenen kleding aantrekt, vooral kleding die niet te nauw om het lichaam en gips sluit, is de kans op transpireren gering. Het gips gaat dan niet zo snel ruiken.

Zitten

Normaal kunt u beide heupen 90 graden buigen. Door het gips kunt u nu maar één heup buigen. Het ingegipste been zetten we in een hoek van 15 á 20 graden onder de romp. Enkele tips om enigszins te kunnen zitten.

Stoel zonder armleuningen

U gaat als het ware op de helft van de stoel zitten. U zit dan op de bil van het niet ingegipste been. Het ingegipste been komt nu naast de zitting van de stoel.

U buigt hierbij de knie, waarna u onder de knie een voetenbankje of een ander voorwerp met daarop een kussen plaatst. Dus: met de ene helft van uw lichaam zit u, met de andere helft knielt u. Op deze manier zit u recht en ontlast u tegelijkertijd de druk van het gips op de buik.

Stoel met armleuningen

Hierin kunt u met behulp van een dik hoofdkussen, kleine kussentjes of een dikke plaat schuimrubber een aangepaste zitting maken. U verhoogt als het ware 3/4 van de zitting en laat 1/4 van de zitting vrij. In dit laatste gedeelte is dan plaats voor het ingegipste been. In dit geval kunt u de knie van het ingegipste been rechthouden.

Ook kunt u zitten op:

- Een barkruk. Let er wel op dat de kruk stabiel staat.
- Een tuinstoel waarvan de rugleuning naar achteren kan worden gesteld. Meestal is een tuinstoel wat laag en instabiel zodat u hulp nodig heeft bij het gaan zitten en opstaan.

Naar het toilet gaan

Als het zitten op een stoel moeilijk is, kunt u zich voorstellen dat het zitten op een toilet ook lastig is. Vooral omdat het gips op de toiletbril verschuift. Om dit tegen te gaan, kunt u de toiletbril omhoog zetten.

U gaat dan op de pot zelf zitten, volgens de 'stoel zonder armleuning' methode. Daarnaast heeft u steun nodig omdat de meeste toiletten erg laag zijn. Verwarmingsbuizen, fonteintjes en deurklinken zijn niet geschikt om u aan op te trekken. Een betere oplossing kan zijn:

- Twee handgrepen aan beide zijden van het toilet bevestigen. Hier kunt u zich dan aan optrekken.

- Aan weerszijden van het toilet een kruk plaatsen waardoor u zich als het ware kunt opdrukken.
- Ook kunt u bij de thuiszorg een toiletverhoger, een po, een urinaal (of voor dames een damesurinaal) halen.

Liggen

Als u op de rug in bed ligt voelt u dat het ingegipste been geen contact maakt met het matras. Het is dan ook prettig om onder dit been een kussen te leggen. Bij zijligging legt u het kussen tussen de benen.

Aan- en uitkleden

Misschien heeft u thuis wat hulp maar het is toch prettig als u zoveel mogelijk zelf kunt doen. Dit is vaak beter dan anderen steeds om hulp te moeten vragen. Hieronder geven wij tips bij het aan- en uitkleden.

Aankleden

Het aandoen van broek en kousen kan moeilijk zijn. Dit komt doordat u door het gips niet verder kunt komen met uw hand dan tot aan de knie. Uw armen zijn als het ware tekort. Door middel van een verlenging en een beetje handigheid kunt u zichzelf toch nog behelpen. Bij het aankleden komt uw ingegipste been eerst en daarna pas het andere been. Een stok met een haakje of een 'helping hand' (stok met een grijpertje) kan hierbij van pas komen.

Uitkleden

Uw broek, onderbroek, kousen en schoenen kunt u uitdoen met behulp van een stok waaraan een haakje is bevestigd. Andere hulpmiddelen zijn een lange schoenlepel, een wandelstok of uw niet ingegipste been waarmee u de kleding uit kunt duwen.

Vragen?

U kunt ons gewoon bellen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op of kijk op www.olvg.nl Heeft u vragen over de vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota

Meer informatie online

- www.olvg.nl/gipskamer

De app 'Gipskamer OLVG' is gratis te downloaden voor iPhone en Android

Contact

Gipskamer, locatie Oost

T 020 599 29 63 (ma t/m vrij 8.00 – 16.00 uur)

E gipskamer@olvg.nl

P3

Gipskamer, locatie West

T 020 510 80 28 (ma t/m vrij 8.00 – 16.00 uur)

E gipskamer@olvg.nl

Route 06

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 23 juli 2020, foldernr.0006