

# Инструкции по гипсовому методу лечения

Вам был наложен гипс в следствие перелома.

В зависимости от перелома, гипс накладывается на 4-6 недель. Для выздоровления и хорошего результата лечения:

## Наблюдайте за конечностью, на которую наложен гипс

- Гипс удобен
- Гипс не должен давить, натирать или сжимать
- Свободные пальцы ног и рук должны двигаться и быть теплыми
- Сломанная конечность в начале часто отекает, но конечность не должна онемевать и в ней не должны чувствоваться покалывания
  - Уменьшить отечность можно за счет поднятия конечности вверх с помощью подушек
  - Приподнятое положение считается достаточным, когда конечность находится выше уровня сердца
  - Не носите руку в поддерживающей повязке, так как дееспособность суставов и мышц должна оставаться на хорошем уровне

## Ухаживайте за гипсом правильно

- Гипс нельзя мочить
- Обмотайте гипс пластиковым пакетом и заклейте липкой лентой до принятия душа
- Во время гипсового метода лечения нельзя посещать сауну
- Исключением является так называемый непромокаемый гипс. Травматолог даст Вам об этом отдельные инструкции устно и письменно.
- Не пытайтесь протолкнуть что-либо между гипсом и кожей (напр. для того, чтобы почесать), чтобы кожа не поранилась и не воспалась

## Делайте упражнения, способствующие восстановлению

- Придерживайтесь полученных инструкций
- Часто двигайте свободными суставами для ускорения кровообращения
- Напрягайте и расслабляйте мышцы, находящиеся под гипсом

**Если Вы находились на лечение в отделении или в хирургической поликлинике, звоните в 8-14 по номеру: 014 269 1882 или, в другом случае, в дежурное отделение центральной больницы по номеру: 014 269 3102**

- Если с уходом за переломом возникнут проблемы
- Гипс начнет неприятно пахнуть мокрым или через него будут просачиваться выделения

- Загипсованная конечность будет покалывать и/или онемевать независимо от положения тела и/или обезболивающего будет недостаточно

**Если Вам более 50 лет и у Вас перелом запястья, голеностопа или плечевой кости, отчасти причиной этого может являться остеопороз. Медсестра травматологии центральной больницы свяжется с Вами позже по телефону.**