

Juhend kipsiravi ajaks

Kontrollige kipsis jäset!

- Sõrmed ja varbad peavad olema soojad ja liikuvad!
- Verevalumite levimine kipsist üles- ja allapoole on tavaline ja ohutu nähtus.
- Murrukoht valutab sageli esimestel päevadel pärast kipsi panekut, kuid leevendust toob jäseme kõrgemal hoidmine.
- Kipsiravi ajal tekivad sõrmedel ja varvastel kergesti tursed, aga need vähenevad, kui jäset hoitakse kõrgemal ning sõrmi ja varbaid palju liigutatakse.

Hoolitsege kipsi eest hästi!

- Ärge laske kipsi märjaks saada, sest märjalt muutub see pehmeks!
- Ärge minge kipsiga sauna!
- Duši all käes kaitske kipsi hoolikalt kilega!
- Ärge võtke arsti loata kipsi ära ka lühikeseks ajaks!
- Kui kipside määrdub või lõtvub, rullige uus side vana peale.
- Ärge katsetage kipsi vastupidavust, kuivana murdub see kergesti.
- Ärge kõndige kipsiga enne, kui olete saanud arstilt loa ja ta on asetanud käimiskontsa või talla.

Võtke oma arstiga ühendust, kui:

- kips pigistab või vajutab, hoolimata üleval hoidmisest;
- kui valu ja turse püsivad, hoolimata üleval hoidmisest;
- kips murdub või pehmub;
- kips hakkab lehkama või teil tõuseb palavik.

*Koostas Ülle Gents
traumatoloogia-ortopeediaosakonna õendusjuht*