

Уход за гипсовой повязкой

Cast Care

A cast keeps an injured bone from moving so there is less pain and the bone heals better.

When a cast is put on, a sock-like material is put over your injured leg or arm. Then a soft cotton material is wrapped to cushion your skin. Wet fiberglass or plaster cast material is then put on. It will begin to feel warm as it is put on. The material will harden and set in 5 to 10 minutes, but it can take a day or 2 for the cast to fully dry.

The staff will tell you when and how you can walk on your leg or use the arm with the cast.

General care

- Do not pull out the padding inside your cast.
- Do not break off rough edges or trim without checking with your doctor first.
- Check your skin each day for redness or raw areas. If you have either, call your doctor.
- Check your cast each day for cracked or soft spots. If you have either, call your doctor.

Bathing

- Avoid getting your cast wet. The cotton under the cast is very hard to get dry. If it gets wet, it can cause skin problems.

Гипсовая повязка фиксирует кость, уменьшает боль и ускоряет заживление.

На травмированную руку или ногу надевают материал, похожий на носок. Затем наматывают мягкую хлопчатобумажную ткань, поверх которой накладывают влажное стекловолокно или гипс. Вы сразу ощутите тепло. Материал затвердеет за 5–10 минут и полностью высохнет через 1–2 дня.

Вам расскажут, когда и как вы сможете опираться на больную ногу или использовать руку.

Уход

- Не вытягивайте подстилку из повязки.
- Не отламывайте края, не спросив врача.
- Ежедневно проверяйте кожу на предмет покраснения и раздражения. При наличии этих явлений позвоните врачу.
- Ежедневно проверяйте повязку на предмет трещин и мягких участков. При наличии этих явлений позвоните врачу.

Купание

- Не мочите повязку. Хлопчатобумажный материал под повязкой очень плохо сохнет. Если он намокнет, могут появиться проблемы с кожей.

- When you bathe, keep the cast out of the water. Put a plastic bag over your cast to keep it dry. Seal the open end of the bag around your arm or leg with tape to keep it as dry as possible.
- If your cast gets wet, use a hair dryer on low or cool setting to dry your cast. Do not hold the dryer in one spot too long or it might burn your skin. It may take up to 2 hours to dry.
- Во время приема ванны не кладите повязку в воду. Наденьте на конечность пластиковый пакет. Обмотайте открытую часть пакета вокруг руки или ноги клейкой лентой, чтобы внутрь попало как можно меньше воды.
- Если повязка намокнет, просушите ее феном на малой мощности или холодным воздухом. Не сушите на одном месте слишком долго, чтобы не обжечь кожу. Для полного высыхания может потребоваться 2 часа.

Movement or Activity

- Do not rest your cast against hard surfaces for longer than 30 minutes. The pressure on your skin under the cast could cause your skin to breakdown.
- Raise your injured leg or arm above the height of your heart as much as possible. This will help to ease swelling and pain in the first few days.
- Exercise your toes or fingers. This helps with circulation, healing and helps to limit swelling.

Skin Care

- Do not scratch under the cast with any sharp object. This may cause skin damage.
- Keep dirt, sand or powder away from the inside of the cast.

Движение конечностью в повязке

- Не опирайтесь гипсовой повязкой о твердую поверхность дольше 30 минут. Давление на кожу под повязкой может вызвать повреждение кожи.
- Чаще держите травмированную ногу или руку выше груди. В первые дни это поможет уменьшить отечность и боль.
- Шевелите пальцами, чтобы улучшить кровообращение для заживления и уменьшения отека.

Уход за кожей

- Не чешите под повязкой острыми предметами, чтобы не повредить кожу.
- Не допускайте попадания под повязку грязи, крошек и песка.

- Use a large sock or mitten as a toe or hand warmer.
- Use a nail file to smooth any rough edges on your cast.
- Use a fan or hair dryer each day, set on cool, to keep your cast dry and help relieve itching.
- Чтобы согреть ступню или кисть, наденьте длинный носок или варежку.
- Для выравнивая шершавых краев повязки используйте пилку для ногтей.
- Чтобы повязка была сухой, а кожа не зудела, используйте фен в режиме холодного обдува.

Call Your Doctor

Contact your doctor right away if you have:

- Numbness, more pain, tingling, more swelling, temperature or color changes in the injured arm or leg that does not improve with position changes or raising the arm or leg above the level of your heart
- Burning or stinging under the cast
- An odor or drainage coming under or through the cast
- Cast is too tight, too loose, cracked or broken

Позвоните врачу

Немедленно позвоните врачу, если:

- У вас появилось онемение, боль, покалывание, отек, изменение температуры или цвета поврежденной конечности, которые не улучшаются при изменении положения или поднятии руки или ноги выше сердца
- Вы испытываете жжение или покалывание под гипсовой повязкой
- Из-под повязки исходит запах или выделения.
- Повязка слишком давит, слишком свободная, потрескалась или сломалась