

# Gipskorset

## Gipskamer

### Inleiding

Deze folder geeft algemene informatie over de werking van een gipskorset en geeft u leefregels en tips voor de periode dat u het korset moet dragen.

### Onderzoek of behandeling

Een gipskorset kan voor verschillende doeleinden worden aangelegd.

Dit kan zijn om te onderzoeken hoe rugklachten reageren op immobilisatie en hier een behandelplan op te maken. Maar ook voor een breuk in de wervels of voor het corrigeren van houding kan een korset een goede behandelmethode zijn. Afhankelijk van de onderliggende oorzaak verschilt ook de vorm en de mate van immobilisatie van het korset. Welk korset voor u van toepassing is, wordt u uitgelegd door de behandelend arts en de gipsverbandmeester.

### Het aanleggen van het gips

Tijdens het aanleggen van het gipskorset mag u uw ondergoed aanhouden. U staat tussen twee palen waaraan u zich vast kunt houden en die ervoor zorgen dat u goed rechtop blijft staan.

In sommige situaties zal het korset liggend aangelegd moeten worden. Dit kan als vervelend ervaren worden. Geef in alle gevallen goed aan bij de gipsverbandmeester hoe u zich voelt en wat u ervaart, zodat hier zoveel mogelijk rekening mee gehouden kan worden.

Het aanleggen van het gips duurt ongeveer 20 minuten. Het gips is na een half uur volledig uitgehard.

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.

### Hoe werkt het gipskorset

Het gipskorset kan van hard materiaal of van enigszins flexibel materiaal gemaakt zijn. Het korset werkt het best als het stevig om uw lichaam zit.

### Afneembaar korset

De mogelijkheid bestaat dat de arts u een afneembaar korset voorschrijft. U krijgt in dat geval nadere informatie over wanneer u het korset wel of niet moet dragen en de reden ervan.

### Naar huis

Nadat het gipskorset aangelegd is, kunt u weer naar huis. Zet de passagiersstoel iets achterover als u in de auto terug naar huis gaat. U mag zelf niet autorijden na het aanleggen van het gipskorset.

### (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.

### Slapen

Het is wettelijk om met een korset te slapen, langzamerhand zal dit beter gaan. 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.

## 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. Een afneembaar korset biedt deze mogelijkheid wel.

## 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. Zowel het grijphulpje als een lange schoenlepel zijn bij de thuiszorgwinkel te verkrijgen.

## 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.

## Zitten

Met een korset is zitten soms lastig. Zorg voor een hoge stoel waarop u rechtop kunt zitten of eventueel een tuinstoel waar u de leuning van kunt verstellen, zodat uw rug volledig ondersteund is en het lichaam iets kan kantelen. Aangezien het zitten lastiger is heeft dit ook gevolgen voor de toiletgang. Dit is op te lossen door bij de thuiszorgwinkel een toiletverhoger te lenen. Indien mogelijk kunt u ook een urinaal of poststoel gebruiken, deze zijn eveneens bij de thuiszorgwinkel te verkrijgen.

## 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.

## Belangrijke contactgegevens

Onderstaande telefoonnummers kunnen voor u van belang zijn.

Op werkdagen tussen 08:00 - 17.00 uur:

- Gipskamer Enschede, route C16, telefoon (053) 4 87 33 64;
  - Gipskamer Oldenzaal, route 165, telefoon (0541) 57 41 47;
- Bij problemen buiten bovenstaande uren kunt u contact opnemen met:
- Spoedpost MST, route via Beltstraat 70, telefoon (088) 555 11 88.

## 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.