

Merkblatt bei Gipsbehandlung oder zirkulären Verbänden

Sie haben im Rahmen Ihrer Behandlung nach einer Operation oder Verletzung einen Gips/Verband erhalten. Im Falle einer Operation hält die Betäubung eventuell noch einige Zeit an, so dass Sie mögliche Beschwerden durch Druckstellen oder einen zu engen Verband nicht unmittelbar bemerken.

Eine typische Ursache für einen zu engen Verband ist die nach Operation oder Verletzung entstehende Schwellung. Diese kann in den ersten Tagen auch noch zunehmen.

Es ist daher sehr wichtig, dass Sie sich an die folgenden Empfehlungen halten, um das Risiko einer Schwellung zu minimieren oder bei entsprechenden Beschwerden richtig zu reagieren.

Bitte nehmen Sie umgehend mit uns oder einem anderen Arzt Kontakt auf, wenn:

- zunehmende Schmerzen im Gips/Verband auftreten
- Sie den Eindruck haben, dass der Gips drückt
- es zu zunehmender Schwellung der Finger/Hand kommt
- die Finger sich blau oder weiß verfärben
- in der Hand oder den Fingern ein Kribbeln, Taubheitsgefühl, Pelzigkeit oder „Ameisenlaufen“ entsteht
- der Gips/Verband zu locker sitzt und/oder verrutscht ist.

Bitte halten Sie sich an folgende Empfehlungen:

- Schonen Sie in den ersten Tagen nach einer Verletzung/Operation die betroffene Armseite.
- Lagern Sie den Arm über Herzniveau, also halten Sie ihn über Brusthöhe. Lassen Sie den Arm nicht dauerhaft herabhängen.
- Schließen Sie – soweit möglich – die freigelassenen Finger mehrmals täglich zur Faust.
- Bewegen Sie auch freigelassene Schulter- und Ellenbogengelenke mehrmals täglich.



So erreichen Sie uns

Im **Notfall** jederzeit 24h/Tag.

Diensthabender Arzt in der Zentralen Notaufnahme:

Telefon: (02 03) 546-14 11 41

Bei Rückfragen innerhalb der Sprechstundenzeiten:

Telefon: (02 03) 546-20 30

Diensthabender Arzt der Klinik für Plastische, Hand- und Wiederherstellungschirurgie:

Telefon: (02 03) 546-0



HELIOS

St. Johannes Klinik
Duisburg

Klinik für Plastische, Hand- und Wiederherstellungschirurgie • Dr. med. Jörn Redeker

Häufig gestellte Fragen

Wie soll man sich mit Gipsverband/-schiene verhalten?

Nach der Operation bzw. nach dem Anlegen des Verbandes/ der Schiene sollte die ruhiggestellte Hand für einige Tage hochgehalten werden, am besten auf der Höhe des Herzens. Falls möglich, empfiehlt es sich, die Hand auch in der Nacht auf einem oder zwei Kissen hochzulegen. Das Tragen einer Armschlinge ist nicht ratsam, da die Schulter dadurch in kurzer Zeit versteifen könnte. Mehrfach in der Stunde sollte man den Arm nach oben strecken und die außerhalb des Gipsverbandes/-schiene befindlichen Finger/Gelenke so weit wie möglich bewegen.

Kann man mit einem Unterarmgipsverband/-schiene Sport treiben?

Dies ist zwar in Einzelfällen möglich, allerdings nicht empfehlenswert. Alle Aktivitäten, die zu Schweißbildung führen, sollten zunächst vermieden werden.

Soll man in einem Gipsverband/-schiene die nicht ruhiggestellten Finger (oder den Daumen) bewegen?

Ja! Ein optimal angelegter Gipsverband/-schiene stellt nur die Gelenke ruhig, die aufgrund der Verletzung oder Operation auch ruhiggestellt werden müssen. Alle anderen Gelenke sollen bewegt werden, um einer Gelenkeinstellung entgegenzuwirken. Bewegen heißt aber nicht Belasten!

So ist etwa das Heben oder Tragen schwerer Gegenstände nicht erlaubt, da dies die Frakturheilung stören kann.

Was ist im Falle zunehmender Schmerzen im Gipsverband/-schiene zu tun?

Zunehmende Schmerzen im Gipsverband/-schiene sind immer ein Alarmsymptom, das sehr ernst genommen werden muss. Gleiches gilt bei einem anhaltenden oder zunehmenden Taubheits-/Kribbelgefühl sowie blau-roten Verfärbungen der Finger. Die mit Abstand häufigste Ursache von zunehmenden Schmerzen ist ein zu enger Verband. Meistens kommt es durch die individuell nicht vorhersehbare zunehmende Schwellung infolge eines Bruches oder nach einer Operation dazu, dass ein primär gut angelegter und gut sitzender Gipsverband allmählich zu eng wird. Gerade in der Nacht können hierdurch sehr heftige Beschwerden entstehen.

Was ist in einem solchen Fall zu tun?

Bitte suchen Sie den behandelnden Arzt oder die Notaufnahme der HELIOS St. Johannes Klinik auf, wo wir den Gipsverband/die Schiene korrigieren bzw. neu anlegen können. Sollte es Ihnen nicht möglich sein, in die Klinik zu kommen, greifen Sie bitte nicht direkt zu Schmerztabletten. Als erste Maßnahme können Sie einen zu engen Gipsverband/-schiene aufschneiden und lockerer wieder anwickeln. Spätestens nach vollständigem Aufschneiden des gesamten Gipsverbandes/-schiene sollte der Schmerz deutlich spürbar nachlassen. Ist dies nicht der Fall, so kann die Ursache des Schmerzes tiefer liegen und ist wahrscheinlich nicht allein durch einen zu engen Verband bedingt.

Was ist in dieser Situation sinnvoll?

Lässt der Schmerz auch nach dem Aufschneiden des Gipsverbandes nicht nach, so könnten ernstere Komplikationen der Grund für die Beschwerden sein. In diesem Fall wenden Sie sich bitte unverzüglich an einen Arzt.