Zwem/douche gips

Bij u is een zwemgips aangelegd. Zwemgips is gipsverband dat nat mag worden. In deze folder kunt u lezen hoe u hiermee om moet gaan. De informatie is een aanvulling op de mondelinge informatie die u hierover al heeft gekregen van uw behandelend arts of de gipsverbandmeester.

Algemene informatie over zwem/douche gips

Zwem/douche gips is een kunststof gips waarbij er géén onderlaag, of waarbij een speciale onderlaag is aangebracht. Het mag en kan nat worden en u kunt er dus mee zwemmen en douchen. Het water verdampt door de grote poriën in het gips en droogt dus weer vanzelf.

Adviezen en instructies

Houd er rekening mee dat u door het gips minder goed in het water kunt bewegen!

Zorg ervoor dat na het zwemmen of douchen het gips weer goed droog wordt. Dit kan door:

- Het ledemaat naar beneden te laten hangen, zodat het water naar het laagste punt kan zakken.
- Het laten drogen aan de buitenlucht. Let op: ga met het gips niet in de volle zon zitten.
- Na het zwemmen onder de eventueel aanwezige haardroger.
- Het gips koud/lauw te föhnen.
- Droogblazen met compressor.
- Droogdeppen met handdoek.

Houd er rekening mee dat het ongeveer 90 minuten duurt voor het gips weer droog aanvoelt.
Hoe lang het nat voelt is vooral een persoonlijke ervaring. Mocht u het als onprettig ervaren, kunt u er voor kiezen het gips droog te houden.

- Laat het gips gedurende de dag regelmatig drogen.
- Ga niet met nat gips naar bed.
- Zorg ervoor dat het gips droog is, voordat u het op de gipskamer laat verwijderen. Dit in verband met warmteontwikkeling bij het verwijderen van het gips.

Schoonspoelen

In de volgende situaties moet u altijd het gips naspoelen met kraanwater:

- Na het zwemmen in chloorwater.
- Na het zwemmen in zeewater.
- Na het zwemmen in of contact met vies water.
- Als er zand onder het gips komt (probeer dit te voorkomen).
- Bij zeepresten onder het gips.

Wat moet u niet doen

- Krabben of steken met voorwerpen onder het gips.
- Olie of poeder aanbrengen onder het gips.
- Het opvullen van gips met watten of tissues.
- Randen van het gips bijknippen of verwijderen.
- Gips ‘reinigen’ met wasbenzine/terpentine en dergelijke.

Contact opnemen

Om onderstaande redenen graag contact opnemen met de gipskamer:

- Irritatie, druk- of schuurplekken onder of rondom het gips.
- Pijn en/of zwelling onder het gips met of zonder koorts.
- Gebroken of gescheurd gips.

Almelo
Zilvermeeuw 1
Postbus 7600
7600 SZ Almelo

Hengelo
Geerdinksweg 141
Postbus 546
7550 AM Hengelo

facebook.com/ZGTinfo
twitter.com/ZGT_info
linkedin.com/company/zgt
youtube.com/user/ZGTinfo
zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

augustus '21

Vragen of problemen

Wanneer u problemen heeft met het zwem/douche gips of u hebt nog vragen na het lezen van deze informatie, dan kunt u altijd contact opnemen.
De gipskamer is telefonisch bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8.00 – 16.00 uur via telefoonnummer 088 708 52 33.

Bij acute problemen buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de afdeling spoedeisende hulp via telefoonnummer: 088 708 35 80.

Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: zgt.nl/mijnzgt.