

## Information till patienter med gips eller plastbandage, finsk text

### Tietoa potilaille kipsistä tai muovista siteeistä

Kipsin kuivumisaika on 24 tuntia, ja muovi-siteet noin 30 minuuttia.

Sinulle on annettu kipsi / muovi siteen, koska aina on riski **turpoamisen** voit noudattaa seuraavia:

Jos turpoaminen kasvaa ensimmäiset päivät, on olemassa vaara että kipsi tulee liian kapeaksi/tiukaksi.

Jos on merkkejä käsien tai jalkojen turvotuksesta voi tulla sinertävä tai vaa-leita värimuutoksia **tai kylmä, särkyä** tai samanaikaisesti **vähentää tunnet-ta ja kykenemättömyys liikkuttaa** sormia tai varpaita, soita heti:

Ortopedian klinikka, puhelinnumero Sunderbyn 0920-28 39 91

Kipsihuone, puhelinnumero Sunderbyn 0920-28 36 66

Kipsihuone, puhelinnumero Piteå 0911-755 42

Gällivare 0970-194 80

Iltaisin/ viikonloppuna, tapaturmaasema Sunderby, puhelinnumero 1177.

### Neuvoja, joita olisi noudatettava

1. Älä koskaan istu ja roikku kipsattun jalan kanssa lattian tuettu. Nosta jalan tasotilaan, niinkuin tuolin istuin tai vielä parempi on vielä korkeampi asento (vielä korkeampi asento on sama kuin sydämen yläpuolelle).
2. Käsi tai sormi kipsissä on usein pidettävä hieman korkealla että kaikki jälkiturvotus saa mahdollisuun jaeta, tämä estää paineen kipsissä.
3. **On tärkeä piittää liikettä nivelissä joka ei ole kipsattu**, eli siis sormissa ja varpaissa, käsivarsi, olkanivel ja polvinivel.
4. Vuodelepo, monissa tapauksissa tuntuu vapauttavaan hyvältä, laita kip-satun jalan tai käden korkeaksi ja pane tuunun alle
5. Suojaa kipsiä vedestä ja kosteasta ilmasta! Jos ei suojaa, kipsi menettää voimaa ja vakautta, mikä puolestaan voi vaikuttaa haitallisesti murtuman kiinnitykseen.
6. Jos kutistaa kipsin alla, ei saa koskaan tukkia mitään kipsin alle, silloin on vaara että ihoon tulee bakteeria, ja silloin on tulehduksen vaara, voi olla myös niin että polsteri muutta tilaa ja alkaa painamaan kipsin alla.