

## Materiały edukacyjne

<b>ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW PO ZAŁOŻENIU OPATRUNKU GIPSOWEGO NA KOŃCZYNĘ DOLNĄ</b>	<b>nr 19</b>
--	--------------

Opatrunki gipsowe stanowią jedną z najczęściej stosowanych metod unieruchomienia zewnętrznego w urazach narządu ruchu. Opatrunek gipsowy może być zastosowany w okresie przedoperacyjnym jako zasadniczy sposób leczenia lub może być uzupełnieniem przeprowadzonego zabiegu operacyjnego. Jeśli pacjent ma założony gips na kończynę dolną, ważne jest przestrzeganie zaleceń lekarza i pielęgniarki oraz utrzymaniem go w odpowiednich warunkach w celu zapewnienia właściwego gojenia się i uniknięcia powikłań.

### **Pamiętaj:**

- zastosuj się do zaleceń lekarza dotyczących ograniczeń obciążenia. Kończyna z gipsem nie powinna być obciążana,
- minimalizuj aktywność fizyczną, aby zapewnić kończynie odpowiedni czas na gojenie. Unikaj zbyt częstego opuszczania kończyny dolnej, co może prowadzić do obrzęku. Wspieraj nogę, korzystając z poduszki lub stelaża, aby utrzymać ją w wygodnej pozycji,
- unikaj wystawiania gipsu na wilgoć, a więc unikaj kąpieli lub długotrwałego narażenia na deszcz. W miarę możliwości zakrywaj gips przy kąpieli, stosując na niego po prostu czysty worek lub materiał nieprzepuszczający wodę,
- nie próbuj samodzielnie zdejmować gipsu ani nie modyfikuj go. Opatrunek gipsowy zdejmowany jest tylko w przypadku ścisłych zaleceń lekarskich ( np. zmiany opatrunku),
- regularnie kontroluj stan skóry wokół gipsu, zwłaszcza jego krawędzie. Zgłoś wszelkie zaczerwienienia, obrzęki, zasinienia, bolesność czy owrzodzenia lekarzowi,
- w razie wystąpienia objawów zakażenia takich jak zaczerwienienie, obrzęk, gorączka., natychmiast skonsultuj się z lekarzem,
- jeśli lekarz zaleca, korzystaj z udogodnień w celu ułatwienia poruszania się,
- unikaj narażenia gipsu na ekstremalne temperatury, takie jak skrajne upały lub zimno,
- stosuj się do zaleceń lekarza dotyczących przyjmowania leków przeciwbólowych lub przeciwzapalnych w celu złagodzenia bólu,
- zachowaj higienę ciała oraz stosuj się do zaleceń lekarza dotyczących utrzymania czystości,
- przestrzegaj umówionych wizyt kontrolnych.
- **Działanie zgodnie z zaleceniami pomoże w skróceniu okresu rekonwalescencji i minimalizacji ryzyka powikłań.**