

# Een gipskorset

## Inhoud

|                         |   |
|-------------------------|---|
| Inleiding               | 3 |
| Waarom een gipskorset?  | 3 |
| Hoe lang dragen?        | 3 |
| Het korset              | 3 |
| Afnembaar korset        | 4 |
| Aanbrengen van het gips | 6 |
| Polsteren               | 6 |
| Houding                 | 6 |
| Hoe lang duurt het?     | 6 |
| De gipsperiode          | 6 |
| Hulpmiddelen            | 6 |
| Tips                    | 7 |
| Spierpijn               | 7 |
| Pijn onder het gips     | 7 |
| Eten                    | 7 |
| Schoenen                | 7 |
| Wassen                  | 7 |
| Hulpmiddelen            | 7 |
| Zitten                  | 7 |
| Naar het toilet         | 7 |
| Slapen                  | 8 |
| Auto                    | 8 |
| Kleding                 | 8 |
| Vragen                  | 8 |

**Via de specialist heeft u een verwijzing gekregen naar de gipskamer voor het aanleggen van een gipskorset. In deze folder leest u waarom zo'n korset nodig is en wat het in de praktijk betekent om het te dragen. Ook krijgt u handige tips om de tijd met het korset zo goed mogelijk door te brengen.**

### **Waarom een gipskorset?**

Met een gipskorset wordt een deel van de romp (bekken), de wervelkolom en eventueel het bovenbeen vastgezet. Dit is bedoeld om de rugwervels in een ruststand te brengen of om uw houding te corrigeren.

### **Hoe lang dragen?**

Afhankelijk van uw situatie draagt u het korset twee weken tot drie maanden.

### **Het korset**

Het korset is meestal gemaakt van kunststof, maar een korset van mineraalgips (= kalkgips) is ook mogelijk. Er zijn verschillende modellen gipskorsetten, met verschillende lengtes.

De gipsverbandmeester legt uit welk model u krijgt.

Dit is onder meer afhankelijk van de plek in de rug (de hoogte) waar de aandoening zit.

Hieronder ziet u een aantal voorbeelden.

- bij een aandoening aan een van de borstwervels (thoracale wervels) wordt een korset met schouderbanden voorgeschreven (zie afbeelding 1)



*Afbeelding 1*

- bij een aandoening aan een lage borstwervel of hoge lendenwervel (lumbale wervel) wordt een korset aangemeten dat op drie punten steunt: aan de voorzijde op het borstbeen en het schaambeen en aan de

achterzijde in de rugholte. Dit zorgt voor een rechte houding (zie afbeelding 2)



*Afbeelding 2*

- bij een aandoening aan de lendenwervels wordt een korset aangelegd dat goed steun geeft aan de onderrug



*Afbeelding 3*

- bij een aandoening aan de lage lendenwervels en de overgang naar het heiligbeen wordt er een korset aangelegd waarbij een been mee ingegipst is. Het korset heeft dan een pijp aan één been. Zo is er geen beweging mogelijk in de onderrug en het bekken.

Daardoor blijft de stand onveranderd en krijgen de onderrug en het bekken rust. De pijp kan alleen om het bovenbeen zitten maar ook om het hele been

### *Afneembaar korset*

In sommige gevallen is een afneembaar korset mogelijk. Het korset kan dan tijdelijk afgedaan worden. Of dit in uw geval een mogelijkheid is, hangt helemaal af van de indicatie en de behandeling. De specialist beslist hierover.



## **Aanbrengen van het gips**

### *Polsteren*

Eerst krijgt u een katoenen hemd aan om de huid te beschermen. Daarop komt een laag watten, die ervoor zorgt dat het gips gelijkmatig kan worden aangebracht. Het aanbrengen van deze watten heet polsteren. Drukgevoelige punten worden beschermd door extra polstering. Over de laag watten wordt het korset aangelegd.

### *Houding*

Het aanleggen van het korset gebeurt bij voorkeur terwijl u staat. Soms is het nodig dat het korset in liggende houding wordt aangelegd, bijvoorbeeld omdat u een breuk heeft die niet stabiel is. Dit kan een vervelende houding voor u zijn. Als uw houding gecorrigeerd moet worden, kan dat pijnlijk zijn.

### *Hoe lang duurt het?*

Het aanbrengen van het gips duurt ongeveer 30 minuten. Hierna moet het korset zo'n 30 minuten uitharden, voordat het gebruikt kan worden. Wanneer er mineraalgips gebruikt wordt voor het korset duurt dit langer: dit kan pas na 24 uur belast worden.

## **De gipsperiode**

Zodra het gips hard is, kunt u starten met mobiliseren. U wordt erg beperkt in uw bewegingen en door het gips is het moeilijk een prettige houding te vinden. Dit geldt zowel voor het zitten als het liggen. Staan en lopen zijn vaak comfortabeler.

Als u bent opgenomen in het ziekenhuis oefent de fysiotherapeut met u. Wanneer u gewoon naar huis kunt, krijgt u eventueel een verwijskaart mee voor de fysiotherapeut.

## **Hulpmiddelen**

Soms is een hulpmiddel nodig, zoals een rollater, looprek of krukken. Wanneer u deze hulpmiddelen ook voor thuis nodig heeft, kunt u deze huren bij een thuiszorgwinkel.

## Tips

### *Spierpijn*

Door het corrigeren van de houding kunt u spierpijn krijgen. Paracetamol helpt meestal voldoende om die pijn te onderdrukken. Overleg met uw behandelend arts wanneer dit niet voldoende pijnstilling geeft. Lees voor gebruik altijd de bijsluiter.

### *Pijn onder het gips*

Als u pijn krijgt onder het gips kunt u het beste regelmatig van houding veranderen. Helpt dit niet (meer) en blijven de klachten langer dan 24 uur bestaan, neem dan contact met ons op (zie telefoonnummers achterin deze folder).

### *Eten*

Eet geen grote maaltijden, maar meerdere kleine porties per dag. Uw maag en buik komen anders in de knel. Probeer zoveel mogelijk op hetzelfde gewicht te blijven tijdens de duur van de gipsbehandeling.

### *Schoenen*

Draag schoenen met elastische veters of stevige instappers. U kunt zelf namelijk niet meer bij uw voeten komen. Een handig hulpmiddel wat u zou kunnen aanschaffen is een lange schoenlepel.

### *Wassen*

U kunt tijdens de gipsperiode niet douchen, want het gips mag niet nat worden. Bij het wassen hebt u hulp nodig; vraag zonodig thuiszorg aan. Haren wassen gaat het best als u voorover leunt boven de gootsteen of sterk achterover leunt in een stoel. Let erop dat het water niet in het korset loopt.

### *Hulpmiddelen*

Haal van te voren de hulpmiddelen in huis die de fysiotherapeut u heeft geadviseerd.

### *Zitten*

Zitten is niet makkelijk maar bij de thuiszorgwinkel is een zogenaamde *arthrodesestoeel* te lenen. Deze stoel heeft een zitting die van stand veranderd kan worden, zodat u redelijk comfortabel kunt zitten. Ook een barkruk waar u met één bil op gaat zitten kan goed als rustpunt dienen. Ga altijd op een hoge stoel zitten zodat u rechtop zit, dus niet onderuitgezakt op een bank.

### *Naar het toilet*

Ook naar het toilet gaan is lastiger dan u gewend bent. Een handig

hulpmiddel daarbij is een toiletverhoging. Als het niet lukt om zittend te plassen zonder dat het gips nat wordt, kunt u een urinaal gebruiken. Deze zijn zowel voor mannen als voor vrouwen te krijgen. Al deze hulpmiddelen kunt u lenen bij een thuiszorgwinkel.

### *Slapen*

Slapen is vooral in het begin erg moeilijk, maar naarmate u aan het korset went gaat dit beter. Op de zij slapen kan prettig zijn. Gebruik hierbij 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.

### *Auto*

Vervoer met de auto geeft beperkingen. Zet de passagierstoel in de voor u gewenste houding. Bij een korset met een lange pijp is alleen vervoer per ambulance mogelijk.

### *Kleding*

Uw kleding moet over het algemeen wat wijder zijn dan uw normale maat, zodat het over het korset heen past.

## **Vragen**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op met de gipsverbandmeester in het ziekenhuis, (0318) 43 58 73. Aanwezig op werkdagen van 08.30 - 10.00 uur en 13.30 - 15.00 uur.

In dringende gevallen buiten kantooruren belt u met de afdeling spoedeisende hulp, (0318) 43 58 05.