

Spoed



Conseils pratiques port d'un plâtre

Brochure d'information

Afin de permettre à la blessure (généralement une fracture ou une lésion ligamentaire) de guérir autant que possible, on vous remettra un plâtre. Ce dossier contient de nombreux conseils.

Un "**plâtre ouvert**" est souvent appliqué immédiatement après la blessure. Cela permet au gonflement de se produire sans provoquer de symptômes supplémentaires. Plus tard (après environ une semaine), ce plâtre est généralement remplacé par un deuxième plâtre "fermé". Vous **ne** devez **jamais** vous appuyer sur un plâtre ouvert.

Pour les blessures plus anciennes ou lorsque nous pensons qu'il n'y aura pas de gonflement grave, nous appliquons généralement un **plâtre fermé**. Il n'est normalement pas nécessaire de modifier ce dernier pendant la période de traitement.

Les bandages définitifs en plâtre sont généralement constitués de plâtre **synthétique**. Il est plus léger et plus confortable à porter. Le patient devra apporter une petite contribution à ce coût, après réception de la facture de l'hôpital. Ces plâtres synthétiques peuvent être utilisés après 30 minutes (reposer sur ou marcher).

Pour les plâtres temporaires, on utilise principalement des plâtres à la chaux. Ils sont plus lourds et donc moins confortables. Les coûts de ces plâtres sont entièrement pris

en charge par la caisse d'assurance maladie. Vous ne pouvez vous reposer ou marcher sur un plâtre qu'après 48 heures !

02 À faire!

Il est important de faire régulièrement ce qui suit:

- mettez le membre plâtré en position haute
- mettez un banc sous la jambe plâtrée qui est au moins aussi haut que la chaise ou le siège sur lequel vous êtes assis
- mettez un coussin sous le bras plâtré
- bougez et exercez régulièrement les parties du corps adjacentes qui ne sont pas en plâtre (par exemple les doigts, les orteils, l'épaule, le genou)
- tendez les muscles sous le plâtre de temps en temps (surtout ceux de la cuisse si elle est également en plâtre).

03 Interdit!

- Laisser le pansement de plâtre se mouiller; cela s'applique aux deux types.
- Se reposer ou marcher sur un plâtre (semi-) ouvert (interdit!).
- Mettre des objets étrangers dans le pansement en plâtre.
- Cueillir du coton dans la plâtre.
- Sécher le plâtre à la chaleur artificielle.
- Coupez ou sciez vous-même le pansement en plâtre.
- Utiliser des objets pointus en cas de démangeaisons.

04 Et si ça démange?

Si vous souffrez de démangeaisons sous le plâtre, vous devez faire le suivant:

- utiliser un sèche-cheveux pour souffler de l'air tiède/fraîcheur derrière le plâtre (pas d'air chaud !)
- éventuellement commander un spray-poudre à la pharmacie.

05 Attention!

Dans les cas suivants, vous devez vous rendre le plus rapidement possible au service des urgences le plus proche:

- lorsque vos doigts ou vos orteils sont engourdis, bleus, pâles, très froids ou enflés
- lorsque le plâtre est vraiment inconfortable ou provoque des douleurs parce qu'il est trop serré ou trop lâche
- lorsque le plâtre est mou ou se déchire.

Des patients qui sont régulièrement en contact avec de l'eau peuvent exceptionnellement recevoir:

- un plâtre de natation
- une housse de plâtre.

Veuillez demander si vous souhaitez utiliser ce service.



Contactez en premier lieu votre médecin généraliste. Si votre médecin traitant vous renvoie ou n'est pas disponible, vous pouvez contacter notre:

service des urgences
tel.: 011 69 93 33



Diestersteeweg 100 • 3800 Sint-Truiden

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10

info@stzh.be • www.sint-trudo.be