

GIPSI, MANUAL PËRDORIMI

Informacione për me u shëruar shpejt



Ndiqi këshillat tona!

Ju kemi vënë një gips me qëllim që të mos e lëvizni krahun ose këmbën tuaj. Duhet ta mbani atë për një kohë të caktuar. Kjo kohëzgjatje e përcaktuar nga mjeku ose mjekja është variabile. Kjo varet nga mosha juaj dhe gjendja e eshtrave.

Për me e vlerësuar progresin e shërimit të eshtrës tënde, duhet që të vish rregullisht në spital për me bërë radiografi.

Ja pra informatat e rëndësishme për të ndihmuar që krahu ose këmba jote të shërohet sa më shpejt që të jetë e mundur.

- ▶ Lëvizi sa më shumë gishtat e dorës ose të këmbëve për me e nxitur qarkullimin e gjakut.
- ▶ Lëvizi të gjitha nyjet e lira.
- ▶ Mos fut asnjë objekt nën gips në rast kruajtjeje. Kjo rrezikon të shkaktojë lëndime që nuk do të vërehen deri në fazën e infeksionit.
- ▶ Mos e mbani gipsin tuaj në diell, e as në nxehtësi (radiator, tharëse flokësh, etj.).
- ▶ Mos e lag gipsin (bile edhe ato me rrëshirë nuk i rezistojnë ujit).
- ▶ Ndalohet drejtimi i biçikletës, motoçikletave, skuterit, patina, skijimi ose larja me gips.
- ▶ Shmangni aktivitetet që janë shumë fizike, të dhunshme (artet marciale, boks, etj.) dhe që përlyejnë (kopshtaria, kështjella me rërë, etj.).
- ▶ Mbani aktivitetet që janë të përshtatshme : lexim, lojëra në tavolinë, video lojëra në marrëveshje me prindërit tuaj, etj.



INFO

Gipsi thahet në mes 24h deri 48h.
Nëse është rrëshirë, 3h deri 5h mjaftojnë.

Në krah ose para-krahut

- ▶ Mos i vëni unazat tuaja.
- ▶ Mbajeni gjithmonë krahun lart. Duhet të mbështetet me një rrip ose të vendoset në një jastëk.



Kyçi i dorës duhet të jetë më lartë se bërryli, kurse bërryli më lartë se supet.

Këmba

- ▶ Mos u mbështet në gipsin tënd, përveç se nëse ke një taban për ecje.
- ▶ Tkurrni muskulin e kofshës sa më shpesh të jetë e mundur, të paktën 10 herë radhazi dhe 10 herë në ditë. Kjo parandalon zbehjen e muskujve.
- ▶ Pas një ecje, mos lejo që këmba jote të varet, përndryshe gishtat e këmbëve mund të fryhen.
- ▶ Përdore një jastëk ose karrige për të ngritur këmbën.
- ▶ Shmange qëndrimin e gjatë në këmbë.



Në raste problemi

Duhet domosdo të thirrni në Spitalin e fëmijëve nëse:

- ▶ gipsi ytë thyhet, lëndon ose irriton lëkurën tënde, ka një erë të keqe ose është rritur tejet mase (gjymtyrët lëvizin brenda)
- ▶ ty ndjen një pikë mbështetëse të lokalizuar në gips ose se një objekt i vogël ka mbetur brenda
- ▶ dhimbjet e forta vazhdojnë pavarësisht nga ngritja e gjymtyrës së thyer (shih diagramin) dhe marrja e barnave kundër dhembjeve në dozat sipas recetës mjekësore
- ▶ ty nuk mund të lëvizësh më gishtat e dorës ose këmbës, ose nëse ato ndjejnë ndjesi shpimi gjilpërash, të mpiirë, të ftohtë ose ngjyra blu ose e bardhë (normalisht ato janë rozë)
- ▶ ke temperaturë (mbi 38,5°C), ethje, të përziera, dhimbje gjoksi ose gulçim.

Me kë të kontaktoni në rast problemesh ose urgjente

- ▶ Salla e gipseve, prej të hënës deri të premtën, nga 7h30 deri 19h,
☎ 022 372 46 54
- ▶ Njësia ortopedike, e hapur 24h/24, 7/7 ditë,
☎ 079 553 99 63

Ty mundesh gjithashtu me u paraqitur drejtpërdrejt në urgjencën pediatrike, e hapur 24h/24 dhe 7/7 ditë, në 47, avenue de la Roseiraie.

Disa këshilla praktike

- ▶ Mbroni gipsin me një qese plastike kur të bëni dush.
- ▶ Nuk duhet të lahesh derisa e ke gipsin.
- ▶ Laji gishtat ose këmbët e pjesës së gipsit çdo ditë.
- ▶ Nuk duhet me vënë manikyrin e thonjve.
- ▶ Për t'u veshur, fillo nga pjesa e gipsit
- ▶ Për tu ç'vshur, përfundo nga pjesa e gipsit.