

CONSIGLI COMPORTAMENTALI PER PORTATORI DI BENDAGGI O APPARECCHI DI IMMOBILIZZAZIONE (gesso - cartone - altri dispositivi)

ARTO SUPERIORE (MANO-BRACCIO)

- ⇒ In caso di immobilizzazione con gesso si consiglia nelle prime 24/48 ore di appoggiare l'arto ingessato su piani morbidi per evitare deformazioni che potrebbero provocare disturbi o rovinare il gesso.
- ⇒ Per evitare il gonfiarsi delle dita (edema) e per favorire la sua scomparsa acquisire le posizioni suggerite nelle immagini a lato. ⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒
- ⇒ Per evitare l'atrofia dei muscoli e favorire la circolazione sanguigna: **aprire e chiudere la mano e le dita (come fare ciao) in modo energico, lentamente e frequente (almeno 5 minuti ogni 30 minuti).**

QUELLO CHE NON DOVETE FARE:

- non praticare attività fisica violenta;
- non introdurre nessun oggetto dentro al bendaggio, anche in caso di prurito;
- non bagnare il bendaggio, questo si potrebbe rovinare e non mantenere la giusta immobilizzazione;
- in caso di doccia o bagno chiudere e proteggere l' immobilizzazione in un sacchetto di plastica in modo ermetico per evitare l'introduzione di acqua; (si rammenta che esistono in commercio appositi sacchetti per proteggere l' immobilizzazione).

Si consiglia di non manomettere mai una immobilizzazione ma di contattare o recarsi in Pronto Soccorso (tel. 051-6366820/220) o il proprio medico curante in caso di:

- immobilizzazione che si sfalda o gesso che si rompe;
- immobilizzazione troppo stretta o larga;
- l'arto immobilizzato è molto caldo o freddo, insensibile al tatto, presenza di formicolio;
- dolore intenso;
- le estremità (dita della mano) diventano scure o pallide.



In posizione seduta



In posizione eretta



In posizione supina

ARTO INFERIORE (PIEDE - GAMBA)

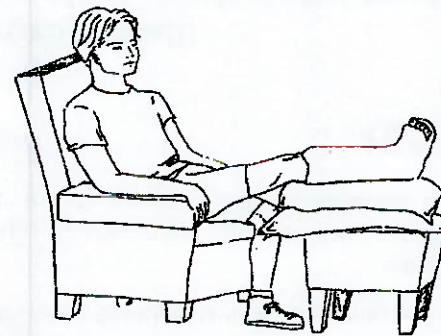
- ⇒ In caso di immobilizzazione con gesso si consiglia nelle prime 24/48 ore di appoggiare l'arto ingessato su piani morbidi per evitare deformazioni che potrebbero provocare disturbi o rovinare il gesso
- ⇒ Nel caso sia permesso il carico per la marcia, non bisogna effettuarla prima di 5 giorni (salvo diversa prescrizione medica) per permettere al gesso di asciugarsi e acquisire la resistenza al peso;
- ⇒ Per evitare il gonfiarsi delle dita (edema) e per favorire la sua scomparsa acquisire le posizioni suggerite nelle immagini a lato. ⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒
- ⇒ Per evitare l'atrofia dei muscoli e favorire la circolazione sanguigna: **muovere frequentemente le dita del piede, contrarre regolarmente i muscoli della coscia e del polpaccio.**

QUELLO CHE NON DOVETE FARE:

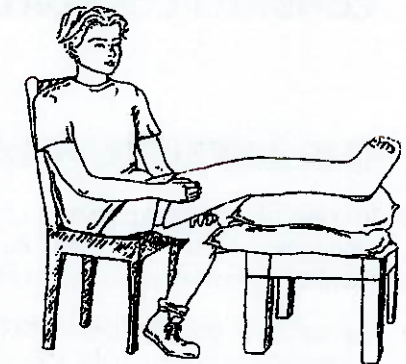
- non praticare attività fisica violenta
- non introdurre nessun oggetto dentro al bendaggio, anche in caso di prurito
- non bagnare il bendaggio, questo si potrebbe rovinare e non mantenere la giusta immobilizzazione
- in caso di bagno, non immergere mai l'arto in bendaggio nell'acqua, ma appoggiarlo sul bordo della vasca (esistono in commercio presso le farmacie e/o sanitarie appositi sacchetti per proteggere l'immobilizzazione).

Si consiglia di non manomettere mai una immobilizzazione ma di contattare o recarsi in Pronto Soccorso tel. 051-6366820/220 o dal proprio medico curante in caso di:

- immobilizzazione che si sfalda o gesso che si rompe;
- immobilizzazione troppo stretta o larga;
- l'arto immobilizzato è molto caldo, insensibile al tatto, presenza di formicolio o dita gonfie;
- dolore intenso;
- le estremità (dita del piede) diventano scure o pallide.



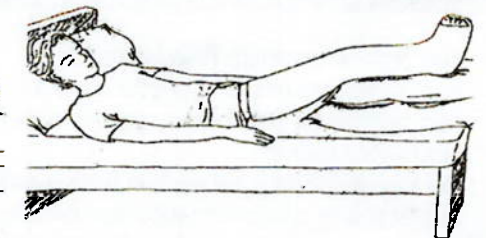
In posizione seduta: stivaletti



In posizione seduta: ginocchiere



In posizione supina: stivaletti



in posizione supina: ginocchiere