



# Gipskorset

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 praktische adviezen over hoe u de dagelijkse activiteiten kunt blijven doen terwijl u het gipskorset draagt.

## 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.

## 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 zal u uitleggen welk model u krijgt. Dit is onder meer afhankelijk van de plek in de rug (de hoogte) waar de aandoening zit.

### Afneembaar korset

In sommige gevallen is een afneembaar korset mogelijk. In de meeste gevallen zal dit door de instrumentmaker aangelegd worden. 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 meestal liggend op een speciaal hiervoor ontworpen stelling. 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 een half uur. Het korset moet zo'n 30 minuten uitharden voordat het gebruikt kan 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 naar huis kunt, krijgt u zondig een verwijsbrief mee voor de fysiotherapeut.

## Praktische adviezen

### Sierpijn

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

### 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 de 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 heeft u hulp nodig; vraag zondig 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.

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

### 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 arthrodesestoel 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 een 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. Soms moet u voor een prettig vervoer een ruimere auto regelen.

## 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 of zijn er problemen met uw korset? U kunt dan bellen naar de Gipskamer. In dringende gevallen buiten kantoor tijden kunt u bellen naar de afdeling Spoedeisende Hulp.

## Tot slot

Heeft u vragen over het gips zelf of heeft u last van knellen of pijn? Neem dan contact op met:

Gelre ziekenhuizen Apeldoorn  
maandag t/m vrijdag  
Open van: 08.00 tot 16.30 uur  
route 60

Tel: 055 – 581 84 93

's avonds, 's nachts, weekend

Tel: 055 – 581 81 81 en vraag naar de Spoedeisende Hulp