

# Informationsbogen für Patienten mit Gips- und Kunststoff-Stützverbänden

## Was ist ein Stützverband?

Ein Gips- oder Stützverband ist eine harte Bandage, die um Ihren Arm oder Ihr Bein gewickelt wird, um ihn/es nach einem Unfall mit Knochenbruch, Verrenkung oder Verstauchung zu stabilisieren, zu stützen und zu schützen. Manchmal wird der Verband auch nach einer Operation angelegt.

Der Stützverband hält die verletzte Region ruhig und stabil und schützt diese während der Heilung. Ausserdem lindert der Verband die Schmerzen. Eine Schiene ist auch eine stabile Unterstützung wie ein Stützverband, jedoch wird diese nicht um Arm oder Bein gewickelt. Die Schiene lässt etwas Platz für entstehende Schwellungen.

Bei Gips- und Stützverbänden sowie Schienen kommt auf die Haut zuerst eine Schicht aus z. B. Baumwolle. Dann wird eine Schicht aus Watte gewickelt, um Haut, Knochen und Nerven, die dicht unter der Haut liegen, zu polstern und damit zu schützen. Bitte entfernen Sie diese Polsterschicht auch an den Enden nicht, sonst geht der Schutz verloren. Stützverbände und Schienen sollten nur auf Anordnung des Arztes gewechselt oder entfernt werden.

Ihr Arzt hat die Applikation eines Stützverbands bzw. einer Schiene als Teil Ihrer Behandlung empfohlen. Jeder Patient und seine Probleme sind individuell. Die folgenden Informationen enthalten nur allgemeine Empfehlungen zum Umgang mit Ihrer Verletzung und Ihrem Verband. Sobald bei Ihnen irgendeines der beschriebenen Warnzeichen auftritt oder wenn Sie irgendwelche Fragen haben, kontaktieren Sie auf jeden Fall Ihren behandelnden Arzt oder Ihre behandelnde Klinik.



## Warnzeichen

Bitte suchen Sie sofort Ihren behandelnden Arzt auf, wenn irgendeines der folgenden Warnzeichen auftritt (sollten Sie Ihren Arzt nicht erreichen, wenden Sie sich bitte unverzüglich an das nächste geeignete Krankenhaus):

- Der Gips- oder Stützverband ist oder wird zu eng
- Finger oder Zehen sind deutlich geschwollen (ein wenig ist normal, zu viel ist ungünstig)
- Taubheit (Gefühlsverlust) in Fingern oder Zehen, auch elektrisierendes Empfinden
- Unbeweglichkeit von Fingern oder Zehen
- Schmerzzunahme
- „Heisse Stellen“ (Brennen oder Jucken unter dem Stützverband)

Gehen Sie nicht aus der Praxis oder dem Krankenhaus ohne schriftliche Handlungsanweisung Ihres Arztes, inklusive Telefonnummer, Anschrift und nächstem Besuchstermin.



## Wie kann man der Schwellung vorbeugen?

Es ist normal, dass die verletzte Extremität nach einem leichten oder schweren Unfall anschwillt. Damit die Schwellung abnimmt oder nicht so stark auftritt, sollten Sie sich ausruhen und die Extremität hochlagern, möglichst über Ihrem Herzniveau. Wenn Sie liegen oder sitzen, sollten Sie Ihren verletzten Arm oder das Bein auf einem Kissen gepolstert hochlagern. Danach sollten Sie Finger oder Zehen häufig leicht auf und ab bewegen. Zuviel forcierte Bewegung kann Schmerzen verursachen und sogar die Schwellung im verletzten Gebiet verstärken.

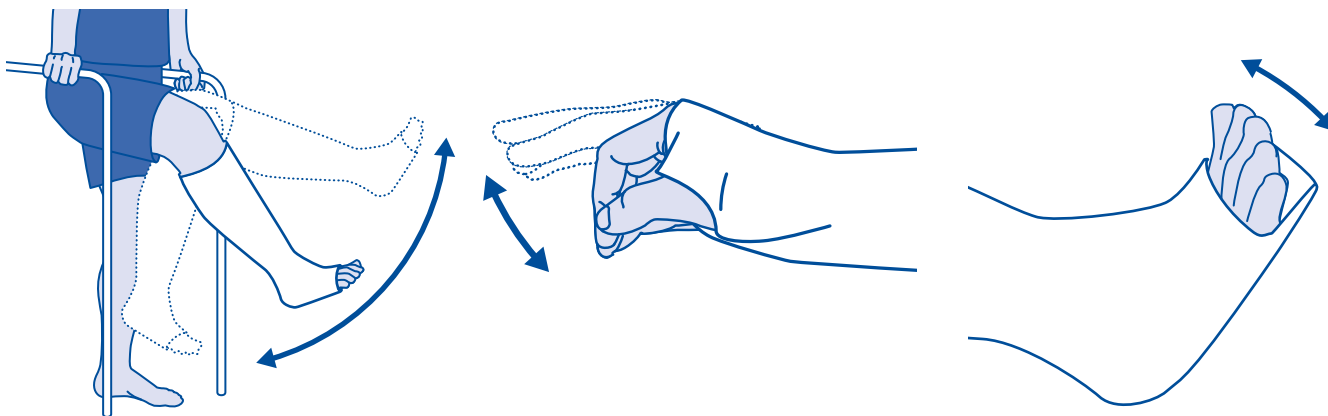
Legen Sie Eiswürfel in einer wasserdichten Plastiktüte oder ein Cool-Pack auf die Verletzung. Kühlung lindert Schmerzen und Schwellung auch durch den Stützverband oder die Bandage hindurch.



## Wie kann ich eine Einsteifung meiner Gelenke verhindern?

Sobald erträglich, sollten Sie die Finger oder Zehen der verletzten Seite stündlich (ausser nachts) einige Sekunden lang ganz beugen und strecken. Ausserdem ist ein leichtes Dehnen und Bewegen der Gelenke oberhalb des Stützverbands (Ellenbogen, Schulter, Knie, Hüfte) in den meisten Fällen

nützlich. Auch eine unverletzte Schulter kann einsteifen und Probleme machen, wenn sie für längere Zeit nicht normal bewegt wird. Falls notwendig, helfen Sie mit der gesunden Hand nach, um die Glieder und Gelenke durch den vollen Bewegungsumfang zu bewegen.



## Gehen im Stützverband

Mit bestimmten Stützverbänden ist es möglich, das verletzte und immobilisierte Bein nach Aushärtung und Trocknung des Verbandes zu belasten oder sogar zu gehen. Ihr Arzt sagt Ihnen, ob Sie teil- oder vollbelasten dürfen. Gehstützverbände sind mit einer Laufsohle oder einem abnehmbaren Schuh versehen. Falls Ihr Verband nicht zum Gehen geeignet ist, sollten Sie Gehstützen oder einen Rollator benutzen. Dies müssen Sie aber zunächst unter Anleitung erlernen! Klären Sie dies mit Ihrem behandelnden Arzt ab und lassen Sie sich detaillierte Anweisungen geben.

Mit einem Stützverband an Arm oder Bein dürfen Sie aus Sicherheitsgründen kein Fahrzeug (PKW, Fahrrad usw.) lenken.



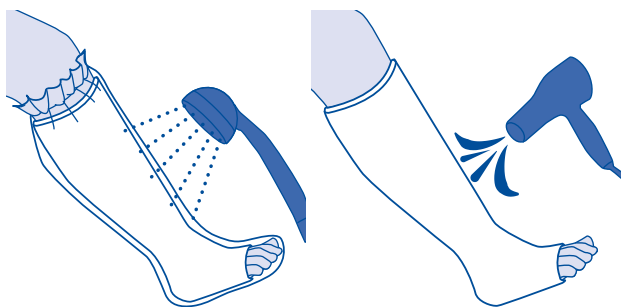
# Was muss ich bei meinem Gipsverband beachten, um Schäden zu vermeiden?

Obwohl Stützverbände aus stabilem Material angefertigt sind, können sie leicht beschädigt werden und dadurch ihre Funktion und Effektivität verlieren.

Beachten Sie die folgenden einfachen Hinweise und Tipps, damit Ihr Stützverband einwandfrei und dauerhaft funktioniert:

- **Halten Sie Ihren Stützverband trocken:**

Gipsverbände weichen auf, wenn sie nass werden. Ihre Haut kann durch die nasse Polsterung angegriffen werden und sich sogar unter dem Stützverband entzünden. Beim Duschen sollten Sie immer wasserdichte Kunststoffolie oder einen Plastiksack benutzen, den Sie oben zubinden oder noch besser zukleben. Sie sollten nie mit dem Stützverband schwimmen oder ein Bad nehmen! Sollte der Stützverband ein wenig feucht werden, benutzen Sie einen Fön auf niedriger Stufe, um den Verband wieder zu trocknen. Kontaktieren Sie Ihren Arzt oder Ihr Krankenhaus, wenn der Stützverband einmal stark durchnässt wird.



- **Halten Sie Ihren Stützverband sauber:**

Meiden Sie staubige und verschmutzte Plätze, Strände, Felder u. v. m. und meiden Sie Aktivitäten, die Ihren Stützverband verschmutzen könnten.

- **Überhitzen Sie Ihren Stützverband nicht:**

Gerät Ihr Stützverband nahe an eine Wärmequelle oder Feuerstelle, kann er sich überhitzen und dadurch Verbrennungen hervorrufen.

- **Stecken Sie nichts innen in den**

**Stützverband:** Manchmal juckt die Haut unter dem Gips- oder Kunststoff-Stützverband. Versuchen Sie, den Juckreiz mit einem Cool-Pack oder einem Eisbeutel zu lindern. Sie können auch mit einem Fön kalte Luft in den Verband hineinblasen oder mit dem Staubsauger Luft aus einem Ende des Verbandes saugen. Der Luftstrom beruhigt häufig Ihre Haut.

- **Ist mein Stützverband zu eng?** Stützverbände aus Gips und synthetischem Material sollten wie ein guter Schuh sitzen: überall Kontakt, aber nicht zu eng. Heben Sie die Extremität hoch und lagern Sie sie erhöht. Eventuell lässt dies bereits die Schwellung abklingen. Nimmt der Druck nicht ab, kontaktieren Sie sofort Ihren Arzt oder das Krankenhaus.

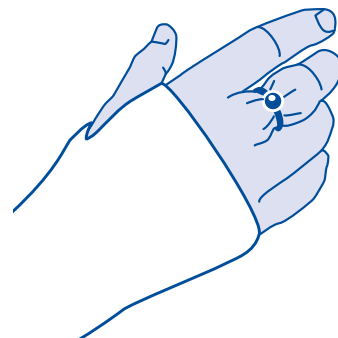
- **Ist mein Stützverband zu locker?** Wenn die Heilung fortschreitet, nimmt die Schwellung ab und der Stützverband fühlt sich locker an. Dies wird normalerweise bei der Routinekontrolle durch Ihren Arzt oder Ihr Krankenhaus geprüft. Gleitet der Stützverband deutlich auf und ab, sollten Sie baldmöglichst Ihren Arzt oder Ihr Krankenhaus kontaktieren.

- **Was ist, wenn mein Gips- oder Kunststoff-Stützverband weich wird oder gar bricht?**

Dies kann bei jedem Stützverband passieren, egal ob aus Gips oder Kunststoff. Es führt dazu, dass Ihr Bruch oder Ihre Verletzung nicht mehr geschützt ist, die Haut und die Weichteile gereizt werden und sogar Blasen oder wunde Stellen entstehen. Suchen Sie kurzfristig Ihren Arzt oder das Krankenhaus auf, um den Verband reparieren oder ersetzen zu lassen. Ist der Stützverband am Bein gebrochen, sollten Sie es nicht mehr belasten und auf jeden Fall Gehstützen benutzen.

- **Darf ich Schmuck tragen und Nagellack benutzen?**

Sofort nach dem Unfallereignis sollten Sie Ringe, Armbänder und Piercings entfernen, denn durch die Schwellung nach dem Unfall kann der Schmuck zu eng werden und Durchblutungsstörungen verursachen. Ihr Arzt wird möglicherweise die Entfernung von Nagellack oder künstlichen Fingernägeln anordnen.



# Abnahme des Gips- oder Kunststoff-Stützverbandes

Ihr Gips- oder Kunststoff-Verband wird mit einer Schere oder einer speziellen vibrierenden (oszillierenden) Säge entfernt. Zwar heilt der Knochenbruch ab, aber die Gelenke im Stützverband werden steif und die Muskeln schwächer. Auch die Haut und die Haare unter dem Verband können sich verändern. Dies normalisiert sich nach Entfernung des Verbandes rasch wieder. Muskeln und Gelenke brauchen jedoch mehrere Wochen oder Monate Training, bis sie sich wieder vollständig erholt haben.

Entfernen Sie nie Ihren Gips- oder Kunststoff-Verband selbstständig. Sie können sich dabei verletzen und sogar den Heilungsprozess verzögern.

Diese Informationen und Hinweise wurden von Unfallchirurgen zusammengestellt, die jahrelange Erfahrung in der Behandlung von Patienten mit Stütz- und Schienenverbänden haben. Die Befolgung dieser einfachen Hinweise führt zur optimalen Erholung von Ihrer Verletzung und sorgt dafür, dass Sie so schnell und sicher wie möglich wieder arbeiten und Ihre Freizeitaktivitäten geniessen können. Gute Besserung!

Da jeder Patient und jede Verletzung individuell sind, sollten Sie stets den Rat Ihres Arztes einholen und befolgen.



Die AO Foundation ist eine medizinisch ausgerichtete, unabhängige Non-Profit-Organisation unter der Leitung von international renommierten Fachärzten für Traumatologie und Erkrankungen des Bewegungsapparates.

## Haftungsausschluss

Die in dieser Publikation enthaltenen Daten wurden mit grosser Sorgfalt auf ihre Verlässlichkeit geprüft. Trotzdem können weder der Herausgeber noch der Verreiber noch die Redakteure noch die Autoren für Fehler oder Folgen, die sich aus der Verwendung der in dieser Publikation enthaltenen Informationen ergeben, verantwortlich gemacht werden. Beiträge, die unter dem Namen einzelner Autoren veröffentlicht werden, spiegeln lediglich die Aussagen und Ansichten dieser Autoren, nicht jedoch die Aussagen und Ansichten des Herausgebers und/oder des Verreibers und/oder der AO Group wider. Die in diesem Werk beschriebenen Produkte, Verfahren und Therapien sind mit Risiken verbunden und dürfen daher ausschliesslich von zugelassenen und ausgebildeten medizinischen Fachkräften in einem speziell zu diesem Zweck eingerichteten Umfeld angewandt werden. Vorgeschlagene Tests und Verfahren dürfen nur dann durchgeführt werden, wenn das Risiko nach dem fachlichen Urteil des Test- oder Verfahrensanwenders gerechtfertigt ist. Wer die in diesem Text dargestellten und beschriebenen Produkte, Verfahren und Therapien anwendet, tut dies auf eigenes Risiko. Da sich die medizinische Wissenschaft rasant weiterentwickelt, empfiehlt die AO, angegebene Diagnosen, Therapien, Medikamente, Dosierungen und Operationsverfahren vor jedem Eingriff einer individuellen Prüfung zu unterziehen. Obwohl die ggf. im Text enthaltene Werbung den einschlägigen ethischen (medizinischen) Standards entsprechen sollte, bedeutet ihre Aufnahme in diese Publikation keine Gewährleistung der Qualität oder Werthaltigkeit des Produkts oder der vom Hersteller gemachten Angaben.

## Rechtliche Einschränkungen

Dieses Werk wurde von der AO Foundation, Schweiz, hergestellt, die sich alle Rechte vorbehält. Die Publikation sowie sämtliche Teile dieser Publikation sind durch Urheberrechte geschützt. Jedwede Verwendung, Verwertung oder Vermarktung ausserhalb der engen Grenzen der Urheberrechtsgesetzgebung und der nachstehend dargelegten Nutzungsbeschränkungen ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar. So darf das Werk insbesondere weder vollständig noch teilweise fotokopiert, vervielfältigt, eingescannt, dupliziert, übersetzt, auf Mikrofilm aufgezeichnet, elektronisch verarbeitet oder gespeichert oder im Intranet oder Internet bereitgestellt werden. Einige der in dieser Publikation angegebenen Produkte, Namen, Instrumente, Eingriffe, Logos, Designs usw. sind zudem durch andere Immaterialgüterrechtsgesetze geschützt (so sind z. B. «AO», «ASIF», «AO/ASIF» und «TRIANGLE/GLOBE Logo» eingetragene Marken), auch wenn dieser Schutz im Einzelfall nicht immer speziell hervorgehoben ist. Daher ist die Verwendung solcher Namen, Instrumente usw. ohne Hinweis auf den Immaterialgüterrechtsschutz nicht so zu verstehen, als würde der Herausgeber diese als frei verwendbar erklären.

Nutzungsbeschränkungen: Der rechtmässige Eigentümer einer zulässigen Kopie des vorliegenden Werkes darf dieses für Lehr- und Forschungszwecke nutzen und ausschliesslich zu diesem Zweck einzelne Bilder oder Illustrationen vervielfältigen. Die Bilder oder Illustrationen dürfen jedoch keinesfalls bearbeitet werden und müssen mit folgendem Urhebervermerk versehen sein: «Copyright: AO Foundation, Schweiz».