



Deze folder geeft informatie over een behandeling met "zwemgips". Na het lezen van deze folder weet u; wat zwemgips is, waar u rekening mee moet houden en wanneer u contact moet opnemen.

Wat is zwemgips?

Zwemgips is een kunststof gips waarbij de standaard polstering (laag tussen de huid en het gips) is vervangen door een waterafstotende laag. Het voordeel van zwemgips is dat het na aanraking met water versneld droogt. Zwemgips wordt voornamelijk aangelegd bij stabiele arm en onderbeen letsels. U kunt met de gipsverbandmeester bespreken of u in aanmerking komt voor zwemgips. Uitzonderingen hierop zijn onder andere veel zwelling, wonden of huidaandoeningen onder het gips.

Adviezen bij zwemgips

Algemene leefregels omtrent gips leest u in onze folder 'Leefregels bij gips- en kunststofverband' waarin zwelling, pijn en hulpmiddelen gebruik beschreven wordt. Deze is beschikbaar op onze website.

Specifieke leefregels bij zwemgips;

- Na het zwemmen in vuil, chloor- en zoutwater het zwemgips zorgvuldig afspoelen onder de kraan met schoon leidingwater om huidirritaties te voorkomen.
- Laat het gips gedurende de dag regelmatig drogen en voorkom langdurige blootstelling aan water, hiermee voorkomt u verweking van de huid onder het zwemgips.
- Ga niet langdurig met het zwemgips in de zon zitten. Door de warmte van de zon kan huiduitslag onder het zwemgips ontstaan.
- Vanwege de immobiliserende werking van het gips zult u beperkt zijn in uw zwemvermogen, houdt hier rekening mee tijdens het zwemmen.
- Zorg ervoor dat het gips geheel droog is wanneer u naar de gipskamer komt om dit te laten verwijderen. Dit vanwege de warmte die vrijkomt bij het gebruik van de gipszaag om brandwonden te voorkomen.

Hoe droogt mijn zwemgips?

- Laat het water uit het zwemgips lopen, gedurende enkele minuten.
- Droog het gips met een handdoek.
- Laat het gips gedurende 90 minuten drogen aan de buitenlucht.
- Eventueel kunt u het gips koud droog föhnen.

Wanneer neemt u contact op?

- Gebroken of gescheurd gips
- (Dreigende) huidproblemen onder het gips.
- Bij vragen over ongemakken na het lezen van de folder 'leefregels bij gips- en kunststofverband'.



De gipskamer is telefonisch bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 8.30 – 16.30 uur op telefoonnummer: 015 - 260 38 46. Buiten deze tijden spoedeisende hulp nodig? Bel 015 - 260 38 45.



<https://reinierdegraaf.nl/polikliniek/gipskamer>