

Een gipsbroek: de verzorging thuis

Waarom deze folder?

Deze folder geeft u informatie over een gipsbroek en de verzorging van uw kind met een gipsbroek, zodat u zich kunt voorbereiden.

Wat is een gipsbroek?

Een gipsbroek is een rondom aangelegd verband van sneldrogend lichtgewicht kunststof (gekleurd gips). Een gipsbroek kan aangelegd worden aan één of aan beide benen. Dit verband wordt aangebracht vanaf de taille tot aan de enkels of de tenen, met een uitsparing in het kruis. De binnenkant bestaat uit een wattenlaag met een stoffen bekleding, ter bescherming van de huid. Als de gipsbroek aan beide benen wordt aangelegd, wordt er een stok tussen de benen geplaatst om steun te geven.

NB! Deze stok is niet bedoeld om het kind aan op te tillen.

Ondersteuning en tillen

Een kind met een gipsbroek moet altijd bij de benen ondersteund worden. **Een kind mag dus nooit alleen opgepakt worden onder de oksels.** Als een kind op de rug ligt, moeten er kussens of handdoekrollen onder de benen liggen. Daardoor heeft het kind minder last van druk van het gips in de rug. Omdat de benen op deze manier iets hoger liggen, wordt ook zwelling van de voeten voorkomen.



Verzorging van het gips

Hieronder vindt u tips voor de behandeling van het gips en de problemen die zich kunnen voordoen:

- verschoon regelmatig en vaker dan normaal de luiers (indien van toepassing)
- nat gips kan worden gedroogd met een lauwe föhn of zacht tissue papier
- vies gips kunt u schoonmaken met een vochtige doek en drogen met een lauwe föhn
- stinkend gips kunt u druppelen met Nilodor (te verkrijgen bij de apotheek). Dit absorbeert ongewenste geurtjes
- kruimelend of slijtend gips ontstaat doordat de wattenlaag door bewegingen van het kind gaat verschuiven ten opzichte van het gips. Vraagt u aan een medewerker van de gipskamer of u cellona polsterverband mee kunt krijgen, zodat u thuis scherpe randjes kunt afplakken. Dit is ook verkrijgbaar bij de apotheek
- jeuk onder het gips is heel vervelend. U kunt bij jeuk met een wattenstokje onder het gips 'lotio alba camitol 5%' aanbrengen. De lotion geeft verkoeling, korrelt niet en maakt het gips niet nat. Dit is verkrijgbaar bij de apotheek

- bij ontlasting of diarree in het gips kunt u met oliegedrenkte wegwerpdoekjes tussen gips en huid vegen. Als het echt niet schoon te maken is, neem dan contact op met de gipskamer
- bij huidirritatie kunt u met Cavilonspray van Pharmacia een beschermlaagje aanbrengen, dit is te verkrijgen bij de apotheek

Controleer regelmatig:

- of het gips niet te strak zit
- scherpe randjes of uitsteeksels van de gipsbroek
- de kleur van de tenen (roze) en de temperatuur van de voeten
- of de enkels en tenen kunnen bewegen
- of de tenen niet zwellen
- of de voet niet naar binnen draait
- of het kind goed recht in het gips blijft liggen
- of het kind geen drukplekjes (rode plekjes) heeft op de billen of rug, dit kan goed bekeken worden als het kind op de buik ligt

Neem bij problemen of twijfel tijdens kantoortijden altijd contact op met de gipskamer, (072) 548 24 56. Bij acute problemen buiten kantoortijden kunt u contact opnemen met de spoedeisende hulp, (072) 548 24 88.

Lichamelijke verzorging

Bij kinderen die nog niet zindelijk zijn, is het moeilijk om het gips droog te houden. Het beste kunt u uw kind dan om de drie uur verschonen. Ook is het aan te raden om 's avonds weinig drinken meer te geven, om te voorkomen dat er 's nachts te veel urine in de luier komt. Om te voorkomen dat het gips nat wordt, kan er gebruik gemaakt worden van inlegluiers. Deze inlegluiers worden in principe voor kinderen onder de vijf jaar niet vergoed door de ziektekostenverzekeraars. Deze regeling wordt gelukkig niet in alle gevallen strikt opgevolgd. U kunt proberen de extra inlegluiers te declareren. Hiervoor kunt u een verklaring vragen bij uw behandelend arts.

Als kinderen al zindelijk zijn voordat ze in het gips gaan, dan is dat ook met een gipsbroek goed mogelijk. Het is soms even zoeken hoe dit het handigst aangepakt kan worden. Hieronder volgen enkele tips.

- soms is het mogelijk dat uw kind nog op het toilet kan zitten, eventueel met behulp van een toiletverkleiner. U kunt dan een krukje of stoel voor de benen neerzetten en een kussen in de rug geven. Een nadeel is dat u uw kind op het toilet moet tillen
- een andere mogelijkheid is het gebruik van een ondersteek (po). Maak daarbij ook gebruik van een celstof onderlegger die ervoor moet zorgen dat het gips droog blijft. Ondersteken zijn in verschillende maten te leen bij een thuiszorginstelling. Celstofonderleggers zijn bij de apotheek te koop. Met een recept van de behandelend arts worden ze vaak vergoed
- jongens kunnen plassen in een fles, deze zijn te leen bij een thuiszorginstelling
- als uw kind moeite heeft om dit op bovenstaande manieren te doen, is het aan te raden toch luiers te gebruiken in combinatie met een inlegluier. Na de gipsperiode zal hij of zij snel weer zindelijk zijn.

Het gebeurt wel eens dat kinderen moeite krijgen met de stoelgang. Ze hebben minder beweging en er kan dan obstipatie ontstaan. Er zijn hulpmiddelen om de stoelgang te bevorderen. Hierbij kunt u denken aan kruidenthee voor een natuurlijke stoelgang van het merk 'Zonnatura' of 'Roosvicee Laxo' met pruimen.

Het is belangrijk voor de rugspieren en om doorliggen te voorkomen dat uw kind minstens eenmaal per dag een half uur op de buik ligt. Het kind krijgt dan een kussen onder de buik. De fysiotherapeut oefent dit in het ziekenhuis met u. Dagelijks de billen en hielen masseren met bodylotion of een vette creme helpt ook om doorliggen te voorkomen.

Om de spierkracht in de benen enigszins te behouden en om spitsvoet(en) te voorkomen is het goed als uw kind dagelijks een paar keer de tenen naar de neus brengt.

Voeding

Borstvoeding geven aan kinderen met een gipsbroek is heel goed mogelijk. Het is even zoeken naar de goede houding voor moeder en kind. Een hoofdkussen of een voedingskussen kunnen hierbij handig van pas komen. Doordat de kinderen in een gipsbroek minder beweging hebben dan normaal, hebben ze minder calorïen nodig. Geef ook geen voedingsmiddelen die extra gasvorming in de darmen veroorzaken. U moet hierbij denken aan voedingsmiddelen als uien, bonen en erwten. Geef het kind meerdere keren op een dag kleine porties. Laat het kind ook geen koolzuurhoudende dranken drinken.

Kleding

Schoolgaande kinderen willen het liefst 'gewone' kleren aan. Een broek met een sluiting in de zijnaad of met binnenbeensluiting is erg handig. Een sportbroek in een maat groter is ook goed bruikbaar. Het is handig om in de zijnaad/zijnaden van onderbroekjes een klittebandsluiting te maken. Bij kinderen die nog niet zindelijk zijn, kan over de luier een rompertje worden gedragen. Meestal heeft u één of twee maten groter nodig dan normaal. Broekjes die over de gipsbroek worden gedragen moeten op maat worden gemaakt met een sluiting van drukknopen of klittenband in de zijnaad of binnenbeensluiting. De broek wordt over het hoofd aangetrokken. Bij een gipsbroek aan één been kan het kind gewone kleren dragen, eventueel wel in een maat groter.

Speeltips

Het is moeilijk om een kind in een gipsbroek de hele dag bezig te houden. De kinderstoel kan zo omgebouwd worden dat het kind daarin kan spelen met blokken, boekjes en puzzels.. Kinderen willen graag van alles ontdekken. Een zelfgemaakt buikkarretje is voor kinderen vanaf negen maanden goed te gebruiken. Op een vloerkleed of buiten op het gras kan een kind op de buik op de grond spelen. Dit is ook een goede oefening voor de rugspieren. Wellicht kunt u wat oudere kinderen die met andere kinderen willen spelen, bij u thuis uitnodigen. Spelen op bed gaat altijd prima. Knutselen met een bedtafeltje is ook goed mogelijk. Probeer te regelen dat uw kind naar school kan of naar de creche als het daar weer aan toe is. Het kan een leuke afwisseling zijn voor de dag.

Slapen

Slapen is voor de kleinere kinderen vaak geen probleem. Bij oudere kinderen met een gipsbroek ontstaan soms andere slaapgewoontes. Ze slapen vaak korter, worden soms rusteloos en kunnen 's nachts angstig of verdrietig zijn. Kramp, jeuk en het onvermogen om te kunnen draaien, zorgen vaak voor verstoorde nachten van uw kind en daarmee ook van uzelf. Het kind moet ondersteund worden met behulp van kussens als het in bed ligt. Met name de onderbenen moeten ondersteund worden. Let hierbij op de rand van het gips in de rug. Deze kan in de rug drukken als de onderbenen onvoldoende ondersteund worden. U kunt een molton onder de rug leggen, tegen de rand van de gipsbroek aan.

Vervoer

Wandelen

Kinderen tot de leeftijd van ongeveer drie jaar kunnen afhankelijk van hun gewicht in een buggy of een tweelingwandelwagen. Bij de thuiszorgwinkel Alkmaar zijn ook enkele rolstoelen beschikbaar voor de kinderen met bekken-been gips. Tweelingwagens zijn te huur bij de VAH (Vereniging Aangeboren Heupafwijkingen), als u daar lid van bent.

Als het vinden van een rolstoel een probleem is, kan er ook via de ziektekostenverzekering een rolstoel aangevraagd worden.

Schoolgaande kinderen in het gips hebben een rolstoel nodig. Een kinderrolstoel met voldoende breedte of een volwassen rolstoel met verstelbare rugleuning is noodzakelijk omdat de kinderen in een halfzittende houding zijn ingegipst. Ook moet de rolstoel voorzien zijn van beensteunen die volledig horizontaal kunnen, om de benen te ondersteunen. Oudere kinderen kunnen vaak gebruik maken van een rolstoel voor volwassenen. Hierbij is het ook belangrijk dat de rugleuning verstelbaar is en er verstelbare beensteunen aanwezig zijn. U kunt kussens gebruiken om de stoel passend te maken. Vervoer is mogelijk met een rolstoeltaxi of rolstoelbus. Deze kosten worden niet volledig vergoed.

Auto

Voor een kind in een gipsbroek is het lastig om een geschikt autostoeltje te vinden. Het is soms nodig om de riempjes te laten verlengen. Bij de VAH kunt u speciale autostoeltjes huren. Het gaat om goedgekeurde stoeltjes. U kunt ook bij de VAH terecht voor informatie over de leverancier van deze speciale autostoeltjes. Wanneer u niet kunt beschikken over een geschikt autostoeltje is het het advies om het vervoer per auto zoveel mogelijk te beperken.

Aangepaste meubels

Een kind in een gipsbroek is zwaar en moeilijk te tillen. Om rugklachten te voorkomen is een goede werk- en tilhoogte belangrijk. U kunt daarvoor:

- een hoog-laagbed huren bij een thuiszorginstelling,
- de commode zo hoog mogelijk maken,
- gebruik maken van een box met een verhoogde bodem,
- gebruik maken van een wipstoeltje zonder opstaande randen,
- uw kind in een zitzak plaatsen, dit kan een ideale oplossing zijn: deze vormt zich zich namelijk om het kind heen.

Voorbereidingen voor opname

Het is van belang om u op een aantal praktische zaken voor te bereiden wanneer uw kind in een gipsbroek thuiskomt. Hieronder staan een aantal punten waar u rekening mee kunt houden.

- leen bij een thuiszorginstelling een ziekenhuisbed (hoog/laag bed). Bedklossen om het eigen bed te verhogen kan ook. In dat geval is het ook handig om een ruggesteun te lenen. Een bedtafeltje kunt u ook lenen.
- voor grotere kinderen en tieners is het handig om een bed in de huiskamer te zetten, omdat ze zeker in het begin nog niet de hele dag in de rolstoel kunnen zitten. Ook 's nachts zullen zij in de kamer slapen wanneer traplopen niet mogelijk is.
- een kamerscherm is erg handig als uw kind in de huiskamer verzorgd moet worden of in de huiskamer slaapt.
- voor schoolgaande kinderen heeft u misschien ook elleboogkrukken nodig, als het gaat om één ingegipst been.
- huur een (kinder) rolstoel met **verstelbare** rugleuning. Deze kunt u lenen bij een thuiszorginstelling of een revalidatiewinkel. Mocht de verzekering uw verzoek afwijzen dien dan altijd een bezwaar in.
- een tuinstoel met verstelbare rugleuning kun u thuis ook goed gebruiken.
- zorg voor een verklaring van uw behandelend arts voor de vergoeding van inlegluiers door uw ziektekostenverzekeraar. Doe dit tijdig want vaak wordt de aanvraag in eerste instantie afgewezen.
- regel eventueel zorgverlof bij uw werkgever.
- overleg met de creche of school over de situatie van uw kind en de mogelijkheden die er zijn.
- denk aan het kopen of maken van kleding, één of twee maten groter.

Voor meer informatie kunt u ook kijken op internet:

www.heupafwijkingen.nl

Adressenlijst:

- Thuiszorgwinkel – Alkmaar 072 519 92 65

Verhoef Revalidatietechniek – Zaandam. Tel: 075-6163881

- Emcart – Avenhorn; 0229 547440

Uw vragen

Wij hopen dat u zo voldoende informatie heeft om u voor te bereiden op de verzorging van uw kind in een gipsbroek. Voor vragen kunt u altijd bellen naar de kinderkliniek van Medisch Centrum Alkmaar: (072) 548 29 80. U kunt vragen naar een verpleegkundige of een kinderfysiotherapeut.

Website

Informatie over MCA voor u en uw kind vindt u op www.mca.nl/kids.