



CAST studie

Hoe kunnen we het beste een gezette polsbreuk behandelen?

Waarom?

Momenteel weten we niet of een gipsspalk of een rondom polsgips beter is. De behandeling verschilt per ziekenhuis. Dit onderzoek gaat de twee behandelingen vergelijken zodat we straks overal in Nederland de beste behandeling gaan gebruiken.

Hoe werkt dit onderzoek?

Nadat uw gebroken pols is rechtgezet krijgt u óf een gipsspalk, óf een rondom polsgips. Welke gipsbehandeling u krijgt is gekoppeld aan het ziekenhuis waar u bent. Dit is vooraf bepaald.

Wij gaan uw herstel gedurende 1 jaar nauwkeurig in kaart brengen.

Daarvoor:

- gebruiken we de röntgenfoto's van uw pols
- onderzoeken we na 3 maanden uw pols
- en meest belangrijk: we vragen naar úw ervaring d.m.v. vragenlijsten

U ontvangt 6x een (digitale) vragenlijst gedurende 1 jaar.

Waarom zou u mee doen?

- u helpt om de zorg voor de toekomst te verbeteren!
- wij houden uw herstel extra goed in de gaten

Gipsinstructies en oefeningen

Voorkom zwelling

*Zwelling kan pijnklachten geven. Deze tips helpen om zwelling te voorkomen. De **hand hoog** houden helpt het meest.*

- gebruik een sling of een mitella
- zorg steeds dat de hand hoger is dan de elleboog
- leg tijdens het slapen de arm hoog, bijv. op een paar kussens

Oefeningen

*Het is belangrijk om de hand en arm regelmatig te oefenen.
Dit stimuleert de bloedsomloop en helpt om
pijn en stijfheid te voorkomen.*

- maak 3 tellen een vuist en strek vervolgens 3 tellen uw vingers
- draai rondjes met uw schouder
- strek en buig uw elleboog

Herhaal dit regelmatig gedurende de dag. Oefenen mag niet erg pijnlijk zijn.

Contact opnemen bij klachten:

- Bij blauwe of witte verkleuring van vingers.
- Bij tinteling of gevoelloosheid in vingers dat niet verbeterd.
- Bij toename van pijn en knellend gevoel dat niet verbeterd.
- Indien het gips gebroken is of nat is geworden.

Contactgegevens:

HAGA Ziekenhuis

Gipskamer:
(tijdens kantoor tijden)
000-00000

Spoeisende hulp:
(in de avond en het weekend)
000-00000

