



CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

PRENDRE SOIN DE SON PLÂTRE



Voici quelques conseils à suivre après la pose de votre plâtre.

CONSULTATION MÉDICALE POST-INTERVENTION

Prévue le :/...../.....





À quoi faire attention après la pose du plâtre ?

Nous vous demandons de vérifier que :



Le plâtre sèche au bout de **2 jours** : protégez-le de l'eau avec un plastique ;



Le plâtre ne serre pas trop



Vous ne ressentez pas des **picotements** ou des **douleurs** le long du membre. Cela signifierait que le plâtre est trop serré.



La couleur de votre peau (orteils, doigts) n'est pas **bleue**, ce qui serait dû à la mauvaise circulation du sang



Vos doigts ou votre pied ne sont pas gonflés



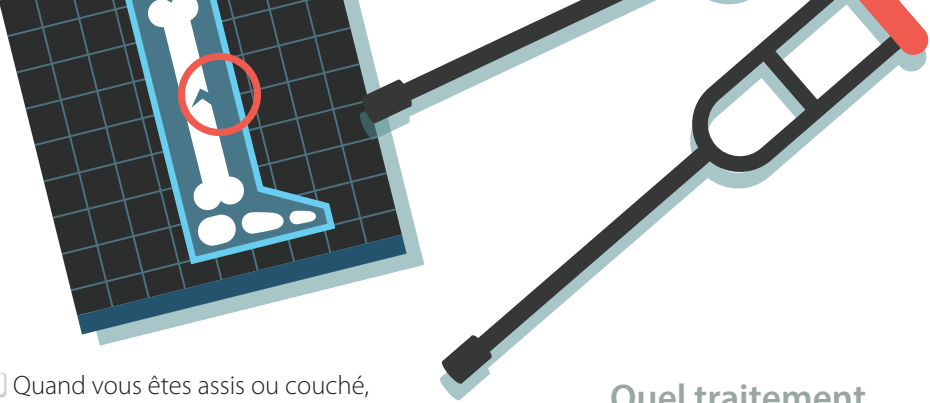
Quels sont les 8 conseils d'or à suivre ?

- 1 Ne mettez **jamais de bagues aux doigts** du bras plâtré.
- 2 Plusieurs fois par jour, **remuer les doigts ou les orteils** pour s'assurer qu'ils gardent toute leur souplesse et leur mouvement.

i Cette action évitera d'éventuelles complications, telles que les oedèmes ou phlébites.

- 3 Touchez vos doigts pour s'assurer qu'ils restent **bien chauds**. Comparez avec la chaleur des doigts ou orteils du membre non plâtré.





- 4 Quand vous êtes assis ou couché, **surélevez le membre plâtré** au moyen d'un coussin, de manière à avoir le bras supérieur au niveau du cœur et le membre inférieur au niveau du bassin. Vous faciliterez ainsi la circulation du sang.
- 5 Si vous devez marcher avec un pied ou une jambe plâtrée, vous devez utiliser des **béquilles**. Ne vous appuyez pas sur la jambe malade, sauf sur avis du médecin.
- 6 Si vous portez un plâtre au bras, placez-le **en écharpe** afin d'éviter le gonflement.
- 7 Protégez votre plâtre **contre l'humidité** !
- 8 Et surtout, après quelques jours, si vous avez des démangeaisons ou des chatouillements sous le plâtre, ne vous **gratter jamais avec un objet pointu ou tranchant**, vous pourriez vous blesser !

⚠ S'il y a un objet dans votre plâtre ou une douleur qui ne passe pas et qui vous empêche de dormir, revenez à la salle de plâtre ou aux urgences.



Quel traitement prendre contre la douleur ?

Il est indispensable de prendre des anti-douleurs pendant jours après l'intervention sans attendre que vous ayez mal.

Prendre les médicaments suivants :

PARACÉTAMOL

➔ 15mg/kg = mg

➔ maximum **4x/jour**

à h

à h

à h

à h

IBUPROFÈNE

➔ 10mg/kg = mg

➔ maximum **3x/jour**

à h

à h

à h

i Si le traitement est pour votre enfant, suivez la posologie selon son poids.




CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

Site Porte de Hal


Rue Haute 322, 1000 Bruxelles
+32 (0)2 535 31 11
www.stpierre-bru.be

CONTACT


URGENCES

 24h/24 - 7j/7

Adultes

 02/535.40.55

Pédiatriques

 02/535.43.60

Consultation Orthopédie

 8h à 16h

 02/535.45.21

One Day Pédiatrique

 10h à 18h

 02/535.48.61