

# Zwemgips

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

## informatie



# Inleiding

U heeft zojuist een gipsverband om uw arm of been gekregen dat nat mag worden, het zogenoemde zwemgips. In deze folder leest u wat zwemgips is en hoe u ermee moet omgaan.

## Wat is zwemgips?

Zwemgips is een kunststof gipsverband waarbij geen watten of waterafstotende watten worden gebruikt. Deze speciale watten zorgen ervoor dat uw huid sneller droogt.

U mag hiermee zwemmen, maar u moet er rekening mee houden dat u in het water wel minder goed kunt bewegen. Probeer daarom eerst in ondiep water hoe het gaat en ga dan pas het diepe in.



# Schoonmaken van zwemgips

Na het zwemmen moet u het gipsverband goed schoonmaken om vuil, chloor of resten zoutwater te verwijderen. Spoel het gipsverband zorgvuldig onder de kraan af met schoon water.

## Hoe droogt u nat zwemgips?

- Laat het water een paar minuten lang uit het laagste punt van het zwemgips lopen.
- De buitenkant van het zwemgips mag u afdrogen met een handdoek.
- Tijdens het drogen mag u het zwemgips niet bedekken (met bijvoorbeeld een handdoek). Anders kan het achtergebleven water niet verdampen.
- Föhnen mag, maar alleen met koude lucht.

### **Droogtijd**

Hoe snel het zwemgips droogt, hangt af van de omgeving (temperatuur en luchtvochtigheid) en de grootte van uw zwemgips. Meestal druppelt het in enkele minuten droog en na ongeveer anderhalf uur voelt het gipsverband droog aan.

## Mogelijke nadelen

Soms gaat de huid onder het zwemgips irriteren doordat:

- Het gipsverband te lang nat blijft.
- De randen van het zwemgips op de huid drukken.
- Er zand onder het gips is achtergebleven.

# Wanneer het ziekenhuis bellen?

Als u last krijgt van hevige jeuk en/of pijn vragen we u te bellen naar onze gipskamer, tel. (078) 654 23 11 of (078) 652 32 59.

Bent u elders, dan belt u naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis.

## Meer informatie

‘Meer weten over de gipskamer?

Download dan nu onze gratis

‘ASZ behandelapp’ in de App Store of Google Play.

Open de app en kies daarna voor ‘Gipskamer’.



Geef hier uw mening over deze folder: [www.asz.nl/foldertest/](http://www.asz.nl/foldertest/)





Albert Schweitzer ziekenhuis  
november 2019  
pavo 1213