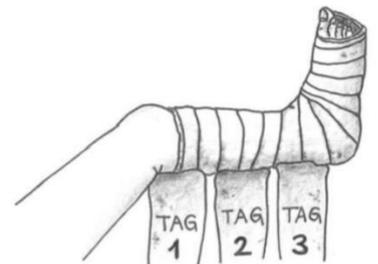
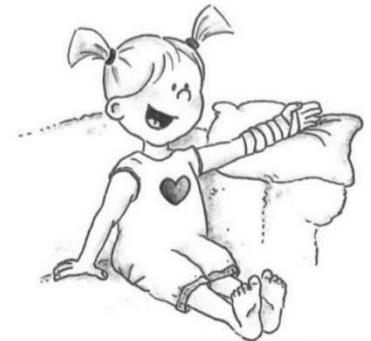


# Plâtre \_\_\_\_\_

## Informations importantes pour le retour à la maison avec un plâtre

### Bon positionnement :

- Surélevez le **bras** aussi souvent que possible les premiers jours, ne le laissez pas pendre vers le bas
- Surélevez sur un coussin en position assise, portez-le en écharpe en position debout
- Bougez régulièrement les doigts
  
- Assis, surélevez la **jambe** sur une chaise ou similaire
- Allongé, surélevez la jambe à l'aide d'un coussin en laissant le talon libre (pas d'appui)
- Bougez régulièrement les orteils
- Ne pas s'appuyer sur le plâtre



### Démangeaisons:

- Ne **rien** introduire dans le plâtre pour se gratter en cas de démangeaisons

### Douche/bain/baignade:

Le plâtre ne doit **jamais** être mouillé

- Protégez le plâtre avec un sac plastique et fermez-le de façon hermétique
- La douche avec protection est autorisée, pas le bain/baignade



### Inconfort ou douleurs:

En cas de sensation de **pression**, de **douleurs**, de **gonflement**, de **fourmillements**, de changement de la **couleur de peau** ou de différence de **chaleur**:

1: Surélevez le membre pendant 30 minutes

2: Si pas d'amélioration : aller rapidement faire un contrôle auprès d'un professionnel de santé

### En cas de questions ou d'incertitude:

Salle de plâtre: Lu – Ve 08h30-12h, 13h-16h30.

Urgences: Soirs et week end.

Téléphone : 041 205 32 05

Téléphone : 041 205 31 69