



### KIPSIN HOITO

- pitakää kipsi kuivana
- suihkussa peittäkaa kipsi muovilla
- saunassa käynti ei ole sooviteltava
- kipsiä ei saa poistaa itse
- ensimmäisenä kolmena päivänä ei saa nojata kipsile ja sen jälkeenkin täytyy käyttää sauvoja.
- kipsin kuivumine kestä 24 – 36 tuntia

### TARKISTAKAA

- jos ilmenee turvotusta, täytyy nosta käsi tai jalka ylös ja yrittää liikuttaa sitä
- turvotuse ja kivun lievitamiseksi voi käyttää kylmäpussia
- kipuun aitaa myös jäsenen pitämine ylhäällä

### MENKÄÄ HETI LÄÄKÄRIIN, JOS:

- kipsi on vioittunud
- kipsi painaa tai kutittaa
- leviää epamielystävä hajua tai nouse kuumetta

Koostaja: erakorralise meditsiiniabi osakond; vanemõde Mare Vridolin

Koostatud/ täiendatud/ ülevaadatud 2010