Ambulatorio Ortopedia-Traumatologia
Tel. 0382 50 2832

COSA FARE	COSA NON FARE
ARTO SUPERIORE	
Sostenere l'arto con l'ausilio di un foulard	Non bagnare o lavare il bendaggio.
A letto mantenere la posizione sollevata dell'arto con cuscini.	Non introdurre alcun oggetto nel gesso (aghi da maglia, borotalco, ecc).
Favorire la circolazione aprendo e chiudendo le dita della mano con movimento costante.	Non manomettere il bendaggio.
Avere cura del bendaggio.	Non utilizzare smalto per unghie.
	Non indossare anelli.
ARTO INFERIORE	
Tenere l'arto in scarico con la gamba appoggiata su un cuscino quando si è a letto, oppure su una sedia se si è seduti.	Non stare per lungo tempo in piedi.
Favorire la circolazione delle dita del piede con un costante movimento delle stesse.	Non bagnare o lavare il bendaggio.
In caso di gessi con tacco, non appoggiare il piede nei primi tre giorni, salvo diversa indicazione medica.	Non manomettere il bendaggio.
In caso di difficoltà avvalersi delle stampelle per gli spostamenti.	Non utilizzare smalto per unghie.
Applicare un tacco di rialzo nella scarpa controlaterale.	
Avere cura del bendaggio.	

È CONSIGLIABILE APPLICARE 3-4 VOLTE AL GIORNO,
PER NON PIU' DI 30 MINUTI OGNI VOLTA,
LA BORSA DEL GHIACCIO AVVOLTA IN UN PANNO

Se si dovesse manifestare uno dei seguenti disturbi è consigliabile contattare il Medico Curante oppure tornare in Pronto Soccorso:

- Dita della mano e del piede gonfie e fredde
- Colore delle unghie e delle dita bluastre
- Torpore e formicolio
- Febbre (anche dopo alcuni giorni)

(JCI-PFE. 2, JCI-PFE. 4)
In riferimento a JCI – Standard per Ospedali e per la Sicurezza del Paziente – Maggio 2008

L'equipe infermieristica del Pronto Soccorso