



*St. Anna Ziekenhuis*

# Zwemgips

[WWW.ST-ANNA.NL](http://WWW.ST-ANNA.NL)



| bijzonder betrokken |

---

## Inleiding

Sinds kort heeft u zwemgips. Dit zwemgips wordt over een speciale kous aangebracht; deze kous absorbeert geen water en droogt snel. Een zwemgips is een kunststofgipsverband wat nat mag worden: douchen, baden en zwemmen is dus toegestaan.

In deze folder geven wij u leefregels en adviezen voor het omgaan met zwemgips.

## Leefregels en adviezen

- **Na het zwemmen/douchen moet u het gips goed drogen:**
  - laat zoveel mogelijk water uit het gips lopen door deze even verticaal te houden;
  - dep het gips met een handdoek droog;
  - föhn met koude lucht het gips droog;
  - laat het gips drogen aan de lucht, ga echter niet volop in de zon zitten.
- **Schoonsoelen van het zwemgids met 'schoon' lauw water in de volgende situaties:**
  - Na het douchen en baden, zodat zeepresten zijn weggespoeld;
  - na het zwemmen in chloor water;
  - na het zwemmen in zeewater;
  - na zwemmen in vies water (wat sowieso af te raden valt).
- **Wat mag u niet doen:**
  - voorwerpen onder het gips steken om jeuk te bestrijden;
  - het gips opvullen met een ander materiaal;
  - randen van het gips afbreken of afknippen.

---

## Wanneer neemt u contact op met de gipskamer

Neem contact op wanneer:

- het gips kapot of gescheurd is;
- als er irritatie van de huid optreedt doordat het gips te lang vochtig blijft;
- bij een toename van pijn en/of zwelling, blauwe en witte vingers;
- als er drukplekken, blaren of wonden rondom het gips zijn ontstaan;

## Zwemgips verwijderen

De gipsverbandmeester heeft bij het aanleggen van het zwemgips een zwarte streep op het gips gezet. Deze is van belang voor het verwijderen van het gips. Op de plaats van de zwarte lijn kan het gips opengemaakt worden. Geef bij het verwijderen van het gips even aan dat u zwemgips om heeft.

## Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u tijdens werkdagen op kantooruren contact opnemen met de gipskamer.

**Gipskamer: 040 - 286 4309**

Buiten deze tijden met de spoedeisende hulp.

**Spoedeisende hulp: 040-286 4834**



**St. Anna Ziekenhuis**

**locatie Geldrop**

Bogardeind 2  
5664 EH Geldrop

**locatie Eindhoven**

Antoon Coolenlaan 1-03  
5644 RX Eindhoven

T 040-286 40 40

**COLOFON**

Opmerkingen, suggesties of aanvullingen op de folder kunt u kenbaar maken bij patiëntenvoorlichting:  
[patiëntenvoorlichting@st-anna.nl](mailto:patiëntenvoorlichting@st-anna.nl)

**WWW.ST-ANNA.NL**



**GIPS012  
09-16**