

Gipsbehandeling bij een diabetische voet



Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Inleiding

Gipsbehandeling bij diabetische voet



U heeft een wond aan de onderkant van uw voet die niet goed geneest.

Daarom krijgt u een behandeling met gips. Een gipsbehandeling helpt vaak goed om de druk op de wond te verlagen en de wond te beschermen.

Hier krijgt u meer informatie over deze behandeling en de bijbehorende leefregels.

Gipsbehandeling bij een diabetische voet

Gipsbehandeling bij een diabetische voet



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

U heeft een wond aan de onderkant van uw voet die niet goed geneest.

Dit komt omdat er druk op de wond staat, bijvoorbeeld tijdens het lopen.

Om de druk op de voet minder te maken, krijgt u gips om uw voet.

Het gips zorgt ervoor dat de druk op de wond minder wordt...

...en beter verdeeld wordt over de hele onderkant van de voet.

Hierdoor wordt de doorbloeding rond de wond beter en krijgt de wond ruimte om te genezen.

Daarnaast zit het gips strak om uw been.

Dat zorgt ervoor dat uw voet minder opzwelt. Dat helpt de wond om sneller te genezen.

Het gips zorgt er ook voor dat de voet rust krijgt.

Nadat de gipsbehandeling klaar is, is het belangrijk om nieuwe wonden te voorkomen...

...door speciale schoenen te dragen.

Hoe lang duurt de behandeling met gips?



De gipsbehandeling duurt meestal zo'n zes tot twaalf weken. Voordat het gips van uw voet mag, moet de wond minimaal één week dicht zijn en moet de orthopedische schoen klaar zijn.

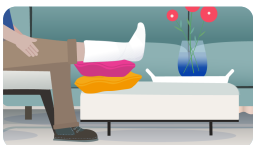
Leefregels

Controleer uw bloedsuiker



Het is belangrijk dat u uw suikerspiegel goed controleert en stabiel houdt. Een stabiele bloedsuikerspiegel zorgt ervoor dat uw wond beter kan genezen.

Rust houden



Om uw voet de kans te geven te genezen, is het belangrijk dat u voldoende rust neemt. Als u zit, legt u het been met gips heen op een kussen dat hoger moet liggen als de knie en de knie hoger als de heup. Zo kunt u het ontstaan van een vochtophoping in het been (stuwing) zo veel mogelijk te beperken. Let op dat u de kussens onder uw kuit legt, zodat uw voet niet op de kussens drukt.

Houd uw gips droog



Laat uw gips niet nat worden. Het gips kan bijvoorbeeld nat worden door douchen of baden, regenwater maar ook transpiratievocht of wondlekkage. Als het gips nat wordt kan dit huidproblemen geven. Een verweekte huid heeft meer kans op een infectie.

Bescherm het gips tijdens het douchen en baden met een waterdichte hoes. De gipsverbandmeester kan u hier meer informatie over geven. Neem contact op met de gipskamer als uw gips nat is geworden.

Gezond eten



Gebruik gezonde maaltijden, ook dit is noodzakelijk voor een goede wondgenezing. Raadpleeg zo nodig uw diëtist.

Lopen met het gips



Met het gips dat u krijgt mag u korte afstanden lopen, bijvoorbeeld in huis.

- Maak als u loopt, kleine, gelijke passen en maak als het nodig is gebruik van hulpmiddelen zoals krukken, een looprek of rollator
- Loop met het gips geen grote afstanden zoals winkelen of wandelen. Gebruik hiervoor een rolstoel
- Loop liever niet zonder de gipsschoen die u bij het gips gekregen heeft. Zonder deze schoen kunt u op een gladde vloer gaan schuiven en vallen

Een schoen



Onder het loopgips zit meestal een zool die u losmaakt als u naar bed gaat. De zool is vaak dikker dan een schoenzool. Om te zorgen dat u hiervan tijdens het lopen geen last heeft, draagt u aan het 'gezonde' been een schoen met een zool die net zo hoog is.

Draagt u al orthopedische schoenen? Dan kan een schoenmaker uw schoen tijdelijk ophogen met bijvoorbeeld een hak.

Deelnemen aan het verkeer



U mag met gips niet autorijden, fietsen of een scooter besturen.

Stop met roken



Roken zorgt ervoor dat de wond niet goed kan genezen. Als u rookt, is het belangrijk dat u daarmee stopt.

Meer informatie

Meer weten?



Op de website van het [diabetesfonds](https://docs.google.com/document/d/1RI1TOySuvCHxKh7ApAbv6ek9fwZMv_-9UsrjMDICDVk/edit?usp=sharing) (https://docs.google.com/document/d/1RI1TOySuvCHxKh7ApAbv6ek9fwZMv_-9UsrjMDICDVk/edit?usp=sharing) vindt u meer informatie over de voetproblemen die kunnen ontstaan bij mensen met diabetes.

Hulp bij stoppen met roken



Op de website van [ikstopnu.nl](https://www.ikstopnu.nl/stoppen-met-roken/) (<https://www.ikstopnu.nl/stoppen-met-roken/>) vindt u meer informatie over hoe u kunt stoppen met roken. U kunt dit ook bespreken met uw arts of de gipsverbandmeester.