



Important

Vous devez immédiatement (et quelle que soit l'heure) prendre contact avec votre médecin de famille ou avec l'hôpital si:

- Vous avez mal malgré les antidouleurs.
- Vos doigts ou vos orteils gonflent, s'engourdissent, se décolorent ou si des picotements apparaissent.
- Si les doigts ou les orteils deviennent froids ou si vous avez des difficultés à les bouger.
- Si des mauvaises odeurs émanent de votre plâtre ou si des taches de liquide ou de sang apparaissent.
- Votre plâtre est cassé.



Centres Hospitaliers Jolimont asbl

Siège social

Rue Ferrer, 159
B-7100 Haine-Saint-Paul

Hôpital de Jolimont

Rue Ferrer, 159
B-7100 Haine-Saint-Paul
Tél: 064 233 011

Hôpital de Lobbes

Rue de la Station, 25
B-6540 Lobbes
Tél: 071 599 211

Hôpital de Nivelles

Rue Samiette, 1
B-1400 Nivelles
Tél: 067 885 211

Hôpital de Tubize

Avenue de Scandiano, 8
B-1480 Tubize
Tél: 02 391 01 30



CENTRES HOSPITALIERS
JOLIMONT ASBL



www.jolimont.be

Février 2017 - 151 539
PCR-G-ENR-003-01



CENTRES HOSPITALIERS
JOLIMONT ASBL

CONSEILS AU PATIENT PORTEUR D'UN PLÂTRE



www.jolimont.be

Cher patient,

Suite à un traumatisme, le médecin vous a posé un plâtre au bras ou à la jambe.

Avec ce document, nous souhaitons vous apporter des informations générales au sujet du plâtre afin de le rendre le moins contraignant possible.

Sachez néanmoins que les renseignements donnés par votre médecin peuvent être différents de ceux décrits dans ce document. Dans ce cas, suivez toujours les instructions de votre médecin.

Les différents types de plâtre

Le **plâtre classique** est celui appliqué dans un premier temps après un accident ou une opération. Il est généralement semi-ouvert afin de laisser la place à un éventuel gonflement. Néanmoins, malgré cette précaution, il n'est pas rare qu'il faille ouvrir cette attelle plâtrée pour permettre la disparition de l'œdème. Ce type de plâtre prend environ 48h pour sécher et il faut absolument éviter de le cogner ou de prendre appui.

Le **plâtre synthétique** peut être appliqué en seconde intention lorsque le gonflement a disparu. Celui-ci est complètement durci en une heure et vous pouvez y prendre appui via une semelle si le médecin l'autorise. Ce type de plâtre est plus léger et plus confortable mais entraîne un supplément de prix non remboursé.

Positionnement du membre plâtré

Il est impératif, surtout les premiers jours, de garder le membre plâtré surélevé de manière à éviter le gonflement des doigts ou des orteils.

Pour le bras: il faut porter le bras en écharpe lorsque vous êtes debout et mettre la main sur un coussin lorsque vous êtes allongé.

Pour la jambe: il faut garder le pied plus haut que le genou lorsque vous êtes assis ou allongé.



Exercices

Il est important de répéter, plusieurs fois par jour, des petits exercices de mobilisation pour favoriser la circulation du sang et empêcher que les articulations ne deviennent raides.

- Bouger les doigts
- Bouger les orteils
- Lever la jambe
- Contracter les muscles de la cuisse
- Faire des cercles avec votre épaule

Quelques conseils

- Ne portez pas de bague côté plâtre vu le risque de gonflement des doigts.
- Ne mettez pas de vernis à ongles de manière à bien visualiser la bonne coloration des extrémités.
- Attention de ne pas mouiller votre plâtre. Prendre une douche est possible en recouvrant le plâtre d'un plastique que l'on fixera hermétiquement à l'aide de ruban adhésif.
- En cas de démangeaison sous le plâtre, surtout ne pas introduire d'objet type aiguille à tricoter. Vous pourriez vous blesser la peau. Vous pouvez par contre utiliser l'air froid d'un sèche-cheveux ou un spray adoucissant spécialement conçu pour les plâtres **UNIQUEMENT SI VOUS N'AVEZ PAS ETE OPERE**.
- La conduite automobile est interdite aux porteurs de plâtre.