

Cast Care

A cast keeps an injured bone from moving so there is less pain and the bone heals better. When a cast is put on, a sock-like material is put over your injured leg or arm. Then a soft cotton material is wrapped to cushion your skin. Wet fiberglass or plaster cast material is then put on. It will begin to feel warm as it is put on. The material will harden and set in 5-10 minutes. The staff will tell you when and how you can walk on your leg or use the arm with the cast.

Your Care

Bathing

- Avoid getting your cast wet. The cotton under the cast is very hard to get dry. If it gets wet, it can cause skin problems.
- When you bathe, keep the cast out of the water. Put a plastic bag over your cast to keep it dry. Seal the open end of the bag around your arm or leg with tape to keep it as dry as possible.
- If your cast gets wet, use a hair dryer on **low** setting to dry your cast. Do not hold the dryer in one spot too long or it might burn your skin. It may take up to 2 hours to dry.

Movement or Activity

- Do not rest your cast against hard surfaces for longer than 30 minutes. The pressure on your skin under the cast could cause your skin to breakdown.
- Raise your injured leg or arm above the height of your heart as much as possible. This will help to ease swelling and pain in the first few days.
- Exercise your toes or fingers. This helps with circulation, healing and helps to limit swelling.

Использование корсета

Корсет фиксирует травмированную кость, при этом человек испытывает меньшую боль, а кость срастается быстрее. При наложении корсета на травмированную руку или ногу накладывается материал наподобие носка. Затем наматывается мягкий хлопчатобумажный материал для смягчения воздействия на кожу. Поверх накладывается материал корсета из влажного стекловолокна или гипса. При наложении Вы будете ощущать тепло. Материал застынет в течение 5 - 10 минут. Персонал объяснит Вам, когда и как Вы сможете опираться на ногу при ходьбе или использовать руку с корсетом.

Медицинский уход за Вами

Купание

- Избегайте намокания корсета. Хлопчатобумажный материал под корсетом очень трудно высушить. Если он намокнет, это может вызвать проблемы с кожей.
- Во время приема ванны держите корсет вне воды. Поместите корсет в пластиковый пакет, чтобы он не намокал. Обмотайте открытую часть пакета вокруг руки или ноги клейкой лентой, чтобы внутрь попадало как можно меньше воды.
- Если Вы все-таки намочите корсет, используйте фен для волос на **малой** мощности для того, чтобы просушить корсет. Не держите фен на одном месте слишком долго, это может привести к ожогу кожи. Просушка корсета может занять до 2 часов.

Передвижение или деятельность

- Не опирайтесь корсетом о твердую поверхность дольше 30 минут. Давление на кожу под корсетом может вызвать повреждение кожи.
- Как можно дольше держите травмированную ногу или руку выше уровня грудной клетки. Это поможет Вам уменьшить отечность или боль в течение первых нескольких дней.
- Шевелите пальцами ног или рук. Это способствует кровообращению, заживлению и помогает уменьшить опухоль.

Skin Care

- Do not scratch under the cast with any sharp object. This may cause skin damage.
- You may sprinkle small amounts of baby powder, corn starch, or talc under the cast. Do not use these products if you have blisters or stitches on your skin under the cast.
- Use a large sock or mitten as a toe or hand warmer.
- Use a nail file to smooth any rough edges on your cast.
- Use a fan or hair dryer each day, set on cool, to keep your cast dry and help relieve itching.

Call your doctor **right away** if you have:

- Numb, tingling, cold or blue toes or fingers
- Extreme pain
- Swelling that makes your cast feel tight
- A loose cast or if it slides around, gets damaged, breaks, or any other problems with your cast

Removing the Cast

Your cast will be removed with a special saw. You will only feel some vibrating and pressure from the movement of the saw. Do not try to remove your cast yourself.

Your injured leg or arm will look smaller after the cast is removed. Your skin will also be dry and flaky. Use lotion or bath oil to soften and remove dead skin. The staff will tell you what activities you can do to strengthen your muscles.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Уход за кожей

- Не чешите под корсетом острыми предметами. Это может вызвать повреждение кожи.
- Вы можете наносить под корсет небольшие количества детской присыпки, мозольного порошка или талька. Не используйте эти препараты, если на коже под корсетом у Вас есть волдыри или швы.
- Для согревания ступней или ладоней используйте длинный носок или варежку.
- Для удаления острых концов на корсете используйте пилочку для ногтей.
- Каждый день используйте фен для волос, установленный на подачу холодного воздуха, для того, чтобы поддерживать корсет в сухом состоянии и уменьшить зуд.

Немедленно позвоните своему врачу, если у Вас:

- Окоченение, покалывание, чувство холода или посинение пальцев ног или рук.
- Сильная боль
- Опухание, вызывающее чувство сдавливания под корсетом
- Корсет спадает или прокручивается, либо он поврежден, сломан, или если с ним возникают какие-либо другие проблемы

Снятие корсета

Ваш корсет будет снят с помощью специальной пилы. При работе пилы Вы будете ощущать только небольшую вибрацию и давление. Не пытайтесь снять корсет самостоятельно.

После удаления корсета Ваша травмированная нога или рука будут казаться меньшими по размерам. Ваша кожа будет пересушенной, и она будет отслаиваться. Для смягчения и удаления омертвевшей кожи используйте лосьон или масло для душа. Персонал сообщит Вам, что Вы можете делать для укрепления Ваших мышц.

Если у Вас есть какие-либо вопросы или опасения, обратитесь к Вашему врачу или медсестре.

Cast Care. Russian.

8/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.