

# 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.

# Використання корсета

Корсет фіксує травмовану кістку, при цьому людина зазнає менший біль, і кістка зростається швидше. При накладенні корсета на травмовану руку або ногу накладається матеріал на зразок шкарпетки. Після цього намотується м'який бавовняний матеріал для зм'якшення впливу на шкіру. Поверх накладається матеріал корсета з вологого скловолокна або гіпсу. При накладенні Ви будете відчувати тепло. Матеріал застигне протягом 5 – 10 хвилин. Персонал пояснить Вам, коли і як Ви зможете спиратися на ногу при ходьбі або використовувати руку з корсетом.

## Медичний догляд за Вами

### Купання

- Уникайте зволоження корсету. Бавовняний матеріал під корсетом дуже важко висушити. Якщо він зволожніє, це може спричинити проблеми зі шкірою.
- Під час приймання ванни тримайте корсет над водою. Помістіть корсет у пластиковий пакет, щоб він не намокав. Обмотайте відкриту частину пакета навколо руки або ноги клейкою стрічкою, щоб усередину потрапляло якнайменше води.
- Якщо корсет намочиться, використовуйте фен для волосся на **малій** потужності для того, щоб просушити корсет. Не тримайте фен на одному місці занадто довго, це може спричинити опік шкіри. Просушка корсета може зайняти до 2 годин.

### Пересування або діяльність

- Не спирайтеся корсетом на тверду поверхню довше 30 хвилин. Тиск на шкіру під корсетом може спричинити пошкодження шкіри.
- Якнайдовше тримайте травмовану ногу або руку вище рівня грудної клітини. Це допоможе Вам зменшити набряклість або біль протягом перших днів.
- Ворушіть пальцями ніг або рук. Це сприяє кровообігу, загоєнню й допомагає зменшити пухлину.

## **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.**

## **Догляд за шкірою**

- Не чешіть під корсетом гострими предметами. Це може спричинити пошкодження шкіри.
- Ви можете наносити під корсет невеликі кількості дитячої присипки, мозольного порошку або тальку. Не використовуйте ці препарати, якщо на шкірі під корсетом у Вас є пухирі або шви.
- Для зігрівання ступень або долонь використовуйте довгу шкарпетку або рукавицю.
- Для видалення гострих кінців на корсеті використовуйте пилочку для нігтів.
- Для того щоб підтримувати корсет у сухому стані й зменшити сверблячку, щодня використовуйте фен для волосся, установлений на подачу холодного повітря.

## **Негайно зателефонуйте своєму лікарю, якщо у Вас:**

- Задубіння, поколювання, почуття холоду або посиніння пальців ніг чи рук.
- Сильний біль
- набрякання, що спричиняє почуття здавлювання під корсетом
- Корсет спадає чи прокручується, або він ушкоджений, зламаний, або якщо з ним виникають які-небудь інші проблеми

## **Зняття корсету**

Ваш корсет буде знято за допомогою спеціальної пилки. Під час роботи пилки Ви будете відчувати тільки невелику вібрацію й тиск. Не намагайтеся зняти корсет самостійно.

Після видалення корсету Ваша травмована нога або рука будуть здаватися меншими за розмірами. Ваша шкіра буде пересушеною, і вона буде відшаровуватися. Для зм'якшення й видалення омертвілої шкіри використовуйте лосьйон або олію для душу. Персонал повідомить Вас, що Ви можете робити для зміцнення Ваших м'язів.

**Якщо у Вас є питання або сумніви, зверніться до Вашого лікаря або медичної сестри.**

Cast Care. Ukrainian.

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](http://www.healthinfotranslations.com).