

Pautas para el Cuidado del Yeso

¿Qué necesito saber sobre los cuidados de mi yeso?

El yeso o la férula tardarán entre 24 y 48 horas en secarse completamente. Esto puede variar dependiendo del material del que se componga. Mientras su yeso se está secando:

- Manténgalo al descubierto tanto como le sea posible.
- Para reducir la hinchazón, eleve la pierna o el brazo enyesado a al menos 4-6 pulgadas por encima del nivel del corazón.

Para las piernas enyesadas: Coloque dos almohadas o más debajo de la pantorrilla de la pierna enyesada. No repose ni apoye la pierna sobre el área del talón. Esto ayudará a prevenir que la piel del área del talón se rompa. Mueva los dedos del pie para reducir la hinchazón y aumentar la circulación de la sangre.

Para los brazos enyesados: Cuando esté en la cama, coloque el brazo encima de dos almohadas o más. Si tiene un cabestrillo, úselo cuando sea necesario para su comodidad. Mueva los dedos de la mano para reducir la hinchazón y aumentar la circulación de la sangre.

¿Qué cuidados necesito realizar diariamente para el yeso?

Revise los dedos de la mano o el pie diariamente. Llame si nota algunos de estos signos o síntomas:

- Aumento del dolor.
- La hinchazón no baja con la elevación.
- El adormecimiento, el hormigueo o el cambio de temperatura no mejoran con la elevación o el cambio de posición.

- Pérdida de movimiento (mueva los dedos de la mano o el pie para comprobarlo).
- El dolor no mejora con el medicamento.

Mantenga el yeso limpio y seco. Para evitar que la piel se irrite, cubra los bordes del yeso con cinta adhesiva resistente al agua o tela de algodón aterciopelada.

Esto también ayudará a prevenir que los bordes del yeso se quiebren.

¿Qué necesito saber sobre los cuidados de la piel con el yeso?

Revise la piel que se encuentra debajo de los bordes del yeso todos los días. Llame a su médico o a la Clínica de Ortopedia si observa enrojecimiento, rupturas o lesiones persistentes en la piel.

Para aliviar la comezón que siente debajo del yeso, puede usar un secador de cabello con aire fresco. Sople aire fresco en la abertura del yeso. No vierta polvos ni introduzca ningún objeto dentro del yeso para rascarse la piel. No cubra el yeso con bolsas de plástico durante largos periodos de tiempo.

¿Qué actividades físicas puedo realizar con el yeso?

Su proveedor hablará con usted sobre cualquier restricción que puede tener. Hable con él o ella sobre su regreso al trabajo o la escuela.

Su brazo o pierna enyesado/a se hinchará cuando lo/la use. La hinchazón puede producir dolor. Para reducirla, eleve el brazo o la pierna y mueva los dedos de la mano o el pie.

¿Cuándo necesito llamar a mi proveedor?

- Tiene adormecimiento, hormigueo y cambio en la temperatura o el color de la piel, y estos no mejoran con la elevación o el cambio de posición.
- Tiene mal olor o drenaje inusual por debajo o a través del yeso.
- El yeso se suelta, se agrieta, se rompe, se moja o simplemente le queda insoportablemente apretado, y esto no se alivia con la elevación.

Números de Teléfono

Clínica de Ortopedia 608-287-2700

1 South Park St

Clínica de Ortopedia 608-263-7540

El American Center

Clínica de Ortopedia Pediátrica 608-263-6420

Clínica de Traumatología y Ortopedia 608-263-0333

Si usted tiene preocupaciones importantes después de las horas regulares de servicio, llame al Residente de Ortopedia que está de guardia al: **608-262-2122**

English version of this *Health Facts for You* is #7980

Si usted es un paciente que recibe atención médica en UnityPoint – Meriter, Swedish American o en un sistema de salud fuera de UW Health, por favor use los números de teléfono que le proporcionaron en sus instrucciones de alta si tiene cualquier pregunta o inquietud.

Su equipo médico puede haberle dado esta información como parte de su atención médica. Si es así, por favor úsela y llame si tiene alguna pregunta. Si usted no recibió esta información como parte de su atención médica, por favor hable con su doctor. Esto no es un consejo médico. Esto no debe usarse para el diagnóstico o el tratamiento de ninguna condición médica. Debido a que cada persona tiene necesidades médicas distintas, usted debería hablar con su doctor u otros miembros de su equipo médico cuando use esta información. Si tiene una emergencia, por favor llame al 911. Copyright © 5/2019 La Autoridad del Hospital y las Clínicas de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados. Producido por el Departamento de Enfermería. HF#7980s

Cast Care Guidelines

What do I need to know about caring for my cast?

It takes 24-48 hours for a cast or splint to dry completely. This may vary depending on the material it consists of. While your cast is drying:

- Keep it uncovered as much as you can.
- Raise your casted leg or arm at least 4-6 inches above the level of your heart to reduce swelling.

For casted legs: Prop two or more pillows under the calf of the casted leg. Do not rest or prop leg using the heel area. This helps prevent any skin break down within the heel region. Wiggle your toes to reduce swelling and increase circulation.

For casted arms: When you are in bed, put your arm on top of two or more pillows. If you have a sling, use it as needed for comfort. Wiggle your fingers to reduce swelling and increase circulation.

What do I need to do daily to care for my cast?

Check your fingers and toes daily. Call if you notice any of these signs or symptoms:

- Increased pain.
- Swelling that is not reduced by elevation.
- Numbness, tingling or temperature change that does not improve with elevation or position change.
- Loss of movement (wiggle your fingers or toes to check).
- Pain that is not relieved with medication.

Keep the cast dry and clean. To protect your skin from irritation, cover the edges of the cast with waterproof tape or moleskin.

This will also help prevent the edges of the cast from crumbling.

What do I need to know about skin care and my cast?

Check the skin under the edges of the cast each day. If you see persistent redness, broken skin or sores, call your doctor or the Orthopedic Clinic.

To relieve itching under the cast you can use a blow dryer on a cool setting. Blow cool air at the opening of the cast. Do not shake powder into the cast or stick any object into the cast to scratch the skin. Do not cover the cast with plastic bags for a long period of time.

What physical activities can I do with a cast?

Your provider will talk with you about any limits you may have. Check with him or her about going back to work or school.

Your casted arm or leg will swell when you use it. The swelling may cause pain. To relieve the swelling, raise your arm or leg and wiggle your fingers or toes.

When do I need to call my provider?

- You have numbness, tingling, temperature or color change that does not improve with elevation or position change.
- You have an odor or unusual drainage under or through the cast.
- Your cast becomes loose, cracked, broken, wet or just feels unbearably tight without relief from elevation.

Phone Numbers

Orthopedic Clinic 608-287-2700

1 South Park St

Orthopedic Clinic 608-263-7540

The American Center

Pediatric Orthopedic Clinic 608-263-6420

Orthopedic Trauma Clinic 608-263-0333

If you have significant concerns after hours
call the Orthopedic Resident on call at:

608-262-2122