

Vivre avec un plâtre - Fiche conseil

Après la pose de votre plâtre, il est important de suivre ces directives pour garantir une bonne guérison et éviter les complications.

- **Évitez toute pression sur le plâtre** : n'appuyez pas dessus et évitez toute pression jusqu'à ce qu'il soit complètement sec. Cela prend entre 24 et 48 heures pour un plâtre traditionnel et environ 4 heures pour un plâtre en résine.
- **Ne glissez aucun objet dans le plâtre** : évitez l'utilisation d'objets comme des aiguilles à tricoter pour vous gratter sous le plâtre.
- **Gardez le plâtre au sec** : ne le mouillez pas.

Pour limiter le risque de gonflement (œdème) les premiers jours après la pose :

- pour un **plâtre au bras** : utilisez une écharpe pour maintenir votre main plus haut que votre coude,
- pour un **plâtre à la jambe** : reposez votre jambe sur une chaise ou un oreiller, de façon à la maintenir au-dessus du niveau de vos fesses.

En cas de symptômes inquiétants, rendez-vous immédiatement aux urgences :

- douleur intense sous le plâtre qui ne cède pas aux médicaments prescrits,
- sensation de fourmillement, changement de couleur ou froid anormal au niveau des extrémités du membre plâtré,
- difficulté ou incapacité à bouger les extrémités du membre plâtré,
- fièvre,
- mauvaise odeur émanant du plâtre.

Pour plus d'informations, scannez le QR code.



Enfant : vivre avec son plâtre

Sparadrap

PDF