

## Quelques précautions essentielles sont à respecter :

- S'il s'agit d'une attelle plâtrée, rappelons que l'appui sur le plâtre n'est pas autorisé, sinon le plâtre va se déformer ou casser et il ne sera plus efficace. L'utilisation de béquilles est obligatoire.
- Il est interdit de conduire avec un plâtre.
- Le plâtre mis en place n'est pas adapté pour se baigner ou nager.
- Il convient d'éviter toute activité violente ou salissante.
- Si un plâtre est mis au niveau de la jambe, pour un âge supérieur à 18 ans le plus souvent, une prévention des thromboses veineuses sera proposée, en réalisant une injection sous-cutanée quotidienne d'un médicament anticoagulant. L'injection pourra être faite par vous-même, un proche ou une infirmière au domicile.

## Et après ?

Pour la suite de la prise en charge de votre plâtre ou de votre fracture, il conviendra de revoir l'orthopédiste dans la semaine en consultation : vous aurez probablement reçu un rendez-vous par la secrétaire avant votre départ du service des urgences.

Si cela n'est pas le cas ou si vous souhaitez le revoir plus tôt, vous pouvez prendre un rendez-vous au numéro : 067 / 348 450

## Adresse et coordonnées



### Service des Urgences (-1)

CHR Haute Senne - Le Tilleriau  
Chaussée de Braine 49 - 7060 Soignies

Service des Urgences	067 / 348 600
Fax Service des Urgences	067 / 348 601
Prise de rendez-vous	067 / 348 450



## Service des Urgences

## Attelles et plâtres



Suite à votre blessure, le médecin des urgences a procédé à une immobilisation plâtrée. Elle est utilisée pour immobiliser les fractures et certaines entorses.

## L'attelle en plâtre

La technique la plus employée au service des urgences est la mise en place d'une ou plusieurs bandes de plâtre entourées d'une compresse élastique. Elle permet de stabiliser la fracture et ainsi de diminuer la douleur tout en maintenant un alignement acceptable des fragments osseux.

Cette méthode est utilisée lorsqu'il y a un gonflement important. Il s'agit d'une technique temporaire utilisée pendant les premiers jours ou semaines. Au CHR Haute Senne, un plâtre synthétique, plus léger et plus propre, est utilisé, ce qui accroît le confort.

Il faut toujours laisser l'attelle en place. Ne pas maintenir l'immobilisation provoquera de la douleur, prolongera le temps de guérison; et peut même empêcher la guérison.



## Le plâtre circulaire réalisé en polyclinique

Le plâtre circulaire offre les mêmes avantages que l'attelle. Il est réalisé, si nécessaire, lors de la seconde consultation (lorsque le gonflement a diminué ou disparu). Ce plâtre peut être mis en place pour des durées plus longues.

## Conseils à suivre

### Pour diminuer le gonflement :

- Maintenez, quand cela est possible, le membre plâtré en position surélevée.
  - **Pour un plâtre de l'avant-bras :** portez le bras en écharpe, avec le coude plus bas que le poignet.
  - **Pour un plâtre de jambe :** surélevez votre jambe le plus souvent possible (au lit, devant la TV). Mettez un oreiller sous la jambe ou des cales sous les pieds du lit pour rehausser cette partie du lit.

### Pour éviter l'ankylose (la raideur) :

- Bougez très régulièrement toutes les articulations qui ne sont pas immobilisées. Ex : bougez les doigts et le coude pour un plâtre de l'avant-bras.

### Pour éviter de vous blesser :

- Evitez d'introduire des instruments sous votre attelle ou votre plâtre. Vous pourriez l'endommager, blesser votre peau et causer une infection.
- Les démangeaisons peuvent être soulagées à l'aide d'un séchoir à air froid.
- Si les bords sont tranchants, vous pouvez les limer ou les protéger avec un collant.

### Pour ne pas endommager votre plâtre :

- Ne marchez jamais avec une attelle à la jambe ou un plâtre s'il n'est pas muni d'une talonnette de caoutchouc. Utilisez des béquilles dans tous vos déplacements.
- Ne vous appuyez pas sur votre plâtre avant qu'il ne soit complètement sec. Ceci prend 1 à 2 jours selon l'épaisseur du plâtre.
- Ne mouillez jamais votre plâtre, car il ramollira et se brisera.
- Ne vernissez pas le plâtre. Ceci empêcherait l'évaporation naturelle et entraînerait une macération.

Un plâtre cassé, fendu ou qui s'effrite est chose courante, surtout chez l'enfant ; il peut provoquer un déplacement de la fracture et il faut donc revoir le médecin pour renforcer le plâtre ou le changer.

### Pour contrôler la douleur :

- Malgré le soulagement partiel grâce à l'immobilisation, il est possible qu'une analgésie supplémentaire soit requise.
- Vous pouvez alors utiliser le paracétamol, voire un anti-inflammatoire (si pas de contre-indications pour vous).
- Au besoin, le médecin vous prescrira un analgésique plus puissant.

### Consignes de surveillance :

Vous devez revoir un médecin et vous représenter soit aux urgences, soit en consultation d'orthopédie en cas de :

- douleurs persistantes
- fourmillements ou difficultés à bouger vos doigts ou vos orteils
- coloration anormale des doigts ou des orteils (bleus ou blancs)
- douleurs dans la poitrine ou essoufflement anormal, nausées, frissons ou fièvre

