

A photograph of a patient's hands in white casts, resting on a white surface. The patient is wearing a light green hospital gown and a white wristband.

## Cast / Brace / Splint

---

## Care Instructions

### **Keep your cast/splint dry at all times**


- If you are going to shower, cover your cast/splint edge with a towel. Then cover the entire cast/splint with a plastic or vinyl bag and secure it. Keep the cast/splint out of the stream of water. You cannot seal a bag well enough to submerge the cast/splint.
- Perspiration in the cast/splint is not typically a problem.
- If your cast/splint becomes soaking wet, it needs to be changed ASAP.

### **Never insert anything inside your cast/splint**

- Itching is caused by the body shedding skin and hair; which is full of germs and bacteria. This is a daily, natural occurrence. Even a smooth, soft object being inserted into your cast/splint can cause skin problems, which may lead to an infection.
- If you experience itching inside the cast/splint, tap on the outside of it causing small vibrations which will stimulate the skin and stop the itching.

### **If you experience swelling in your cast/splint**

- Take a break from your activities and elevate the extremity.
- If you use an ice pack, wrap it in a towel first.
- Upper Extremity: Make sure your elbow is higher than your heart. Wiggle your fingers or squeeze your hand with/without a ball.
- Lower Extremity: Rule of “thumb”, think “Toes Higher Than Your Nose”. Make sure your foot is higher than the level of your heart. Wiggle your toes to help maintain circulation to the extremity as well.



## Instrucciones de cuidado del yeso / férula

### **Mantenga su disco seco en todo momento**

- Si te vas a duchar, cubre el borde del molde con una toalla. Luego cubre todo el yeso con una bolsa de plástico o vinilo y asegúralo. Mantenga el lanzamiento fuera de la corriente de agua. No puedes sellar una bolsa lo suficientemente bien como para sumergirte el elenco.
- La transpiración en el yeso no suele ser un problema.
- Si su yeso se empapa, debe cambiarse lo antes posible.

### **Nunca inserte nada en el interior de su cast**

- La picazón es causada por la caída del cuerpo de la piel y el cabello; que está lleno de gérmenes y bacterias. Esta es una ocurrencia diaria y natural. Incluso un objeto liso y suave que se inserta en su yeso puede causar problemas en la piel; que puede conducir a una infección.
- Si experimenta picazón dentro del yeso, toque el exterior causando pequeñas vibraciones que estimularán la piel y detendrán la comezón.

### **Si usted experimenta hinchazón en su cast**

- Tome un descanso de sus actividades y eleve la extremidad.
- Si usa una bolsa de hielo, primero envuélvala en una toalla.
- Extremidad superior: asegúrese de que su codo esté más alto que su corazón. Mueva los dedos o apriete su mano con / sin una pelota.
- Extremidad Inferior: Regla de "pulgar", piense "dedos más altos que su nariz". Asegúrate de que tu pie esté más alto que el nivel de tu corazón. Mueva los dedos de los pies para ayudar a mantener la circulación hasta la extremidad también.