



CONSEILS POUR LE PORT D'UN PLÂTRE

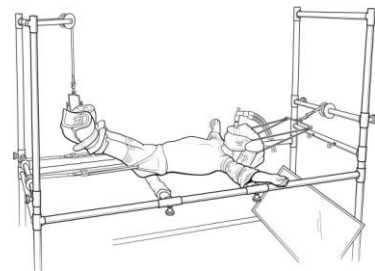


Même si cela se fait beaucoup moins souvent, parfois le corset n'est pas assez efficace, alors il est proposé la pose d'un plâtre pendant environ 2 mois renouvelables. Il permet une meilleure correction et il sera ensuite poursuivi par la pose d'un corset qui continuera les effets de cette correction.

Il s'agit d'un plâtre EDF (Elongation Dérotation Flexion) ou plâtre d'Abbott.

Pour les personnes qui ont les cheveux longs, pensez à les attacher avant la pose du plâtre. Vous pouvez aussi pendant la pose du plâtre les protéger contre les éventuelles projections de plâtre avec une charlotte.

Pour la pose du plâtre, le patient est allongé dans un cadre (cadre d'Abbott) attaché aux pieds, au menton et à la taille et mis en légère extension dans la meilleure position possible. Au préalable, il enfilera un tube jersey et des morceaux de feutre seront posés par dessus pour rendre le contact du plâtre plus doux. La pose dans le cadre dure environ 30 mn ensuite il faut compter une heure pour les finitions hors cadre.



Des bandes de plâtres mouillées sont enroulées autour de son corps.

Une fois le plâtre le patient est détaché, des ouvertures dans le plâtre sont faites devant et derrière à l'aide d'une scie spéciale, qui fait du bruit mais qui ne représente aucun danger, elle ne peut pas couper la peau, et aussi à l'aide de pinces coupantes.

Il faudra quelques heures pour que le plâtre sèche complètement. La chaleur peut aider à accélérer le séchage (par exemple un sèche-cheveu). Eviter de couvrir le plâtre pendant la période de séchage, ne pas porter de vêtement par-dessus pendant ce temps là, pendant cette période il peut y avoir des alternances de sensation de chaud et de froid.

Des fenêtres seront faites dans le plâtre sur le devant pour faciliter les repas et la respiration et dans le dos pour la correction. Ces fenêtres vont aider aussi pour la toilette.

Chez les jeunes enfants, parfois la pose du plâtre se fait sous anesthésie générale. Certains spécialistes, pour les

plus jeunes, remplacent le plâtre par de la résine car elle est plus légère.

Souvent cette pose a lieu pendant une hospitalisation de quelques jours afin de pouvoir surveiller les points d'appui du plâtre et surveiller également l'évolution des débuts, et aussi pour apprendre au patient comment faire les gestes du quotidien avec son plâtre et lui apprendre des exercices de kiné.

En général le plâtre n'est pas amovible et est posé pour une période entre 1mois1/2 à 2 mois renouvelables pendant lesquelles il sera donc porté 24h/24.

Conseils vestimentaires :



Le plâtre fait environ 1 cm d'épaisseur, il faut donc prévoir 1 à 2 tailles de plus. L'idéal ce sont des habits larges et pour les pantalons et les jupes des tailles élastiques. Les pantalons seront bien entendu portés par dessus le plâtre.

Attention si vous mettez des habits serrés, avec la largeur du plâtre ça risque de les faire monter donc prévoir la longueur en conséquence.

Pour les plâtres à mentonnière, prendre en compte celle ci qui est assez large, donc prévoir des encolures évasées ou extensibles.



Conseils alimentaires :



Eviter les boissons gazeuses et les repas trop copieux et les plats qui font gonfler et les aliments qui fermentent (pois, lentilles ...) pour ne pas risquer de dilation de l'estomac surtout que contrairement au corset amovible, il n'est pas possible de le desserrer ni de l'enlever dans l'immédiat. A proscrire également : les chewing-gums.

L'idéal est de fractionner les repas : manger moins à la fois mais plus souvent (par exemple 4 repas par jour).

Il est conseillé une alimentation riche en protéines : viande, poisson, œuf, lait et produits laitiers qui sont des protéines animales. Les protéines végétales ne sont pas recommandées car elles sont essentiellement présentes dans les légumineuses comme les lentilles, les féculents, le pain qui sont des aliments à éviter dans le cadre du port d'une contention plâtrée.

Contre le ralentissement du transit : il est proposé une alimentation riche en fibres.

Conseils pour la toilette :



Le jersey sous le plâtre devra être changé régulièrement (environ tous les 2 jours ou plus si besoin). Il faudra s'aider des fenêtres pour faire glisser l'ancien par le dessous et enfiler le nouveau par le dessus.

Pour la toilette sous le plâtre, prendre une bandelette de gaze qui sera imbibée d'eau de toilette (ou d'alcool modifiée), certains la recommande alcoolisée, d'autres non pour ne pas irriter la peau surtout chez les plus jeunes. Passer cette bandelette sous le plâtre, vous pouvez vous aider avec prudence (attention à ne pas blesser l'enfant avec l'aiguille) d'une aiguille à tricoter pour la faire passer et faire des mouvements de haut en bas pour frictionner la peau (sans l'aiguille à tricoter). L'idéal est d'allonger l'enfant pour faire cette toilette.

Vous ne pourrez pas prendre de douche ni de bain pendant la période plâtrée. Le plâtre ne doit pas être mouillé.

Concernant les cheveux, vous pouvez adapter une douchette à un robinet et utiliser un plateau lave-tête et vous faire aider par une tierce personne qui vous lavera les cheveux.



S'il s'agit d'un plâtre à mentonnière :

Achetez une cape plastifiée comme celle du coiffeur à laquelle vous pouvez rajouter des scratchs au niveau du cou si l'ouverture minimale est trop grande. Rajoutez une serviette autour du cou par dessus la cape, pour éviter que l'eau ne coule dans le coup.



Ensuite allonger l'enfant par exemple sur une table ou un meuble de niveau du lavabo ou à l'évier et accolé à celui-ci, faire tenir sa tête au dessus du lavabo ou de l'évier par une autre personne qui sera là pour vous aider et ensuite vous pouvez procéder au shampooin. Vous pouvez adapter une douchette au robinet ce qui rendra le rinçage plus facile

Pendant les temps de toilette, il faudra en profiter pour bien surveiller la peau, notamment les points d'appuis et si nécessaire appliquer une crème ou du talc.

Si le plâtre blesse à certains endroits consulter le spécialiste pour que l'équipe puisse vous faire des retouches et également poser de la mousse si besoin pour vous protéger

Conseils chaleur : voir notre fiche "**Corset et Chaleur**" sur le forum

Conseils voyages : voir notre fiche "**Scoliose et Voyage**" rubriques corset sur le forum

Pour mieux accepter ce plâtre et le rendre plus sympathique, vous pouvez coller des autocollants dessus, dessiner ou demander à vos amis de vous faire des dessins ou des petites dédicaces sympathiques.



Si vous constatez le moindre problème cutané, digestif, respiratoire, problème locomoteur ou malaise, ou tout autre phénomène inhabituel prévenez dans les meilleurs délais votre médecin traitant et/ou le spécialiste.

Comme pour tout traitement, pensez à bien signaler tous vos autres soucis de santé et autres traitements avant d'être plâtré afin de s'assurer qu'il n'y ait pas d'incompatibilité

Le traitement est à compléter par des exercices conseillés par un professionnel (kiné). En plus de vous faire faire des exercices, le kiné pourra également surveiller régulièrement la tolérance au plâtre.

Et surtout bougez régulièrement, l'inactivité est fortement déconseillée.

