

How can you keep the cast in good shape?

- **Keep it dry.** Cover the cast with a waterproof bag when bathing.
- **Do not rest cast on a hard surface or corner** for first 3 days; cast may take 3 days to completely dry and doing so may dent your cast.
- **Keep it clean.** Avoid getting dirt or sand inside the cast.
- **Avoid lotions.** Do not place powder, lotion, cream or deodorant on or underneath the cast.
- **Do not insert objects inside the cast.** Do not scratch the skin underneath the cast with an object, as this can damage the skin or the cast.
- **Leave cast changes to your doctor.** Do not trim the cast edges or pull the padding out of the cast.

What should you expect in the first week?

You may have **PAIN** for the first week. To control your pain:

- Use Ibuprofen or Acetaminophen (unless allergic). Follow the instructions on the bottle.
- Keep the broken bone raised, using a sling/pillow, to lower the swelling.

The skin underneath your cast may feel **ITCHY**. This is normal.

- To relieve itchy skin, use a hair dryer (on cool setting) to blow air into the cast.

Do you need to see another health care professional?

Yes, our booking center will call you within 72 hours to organize your appointment. If they do not call you by then, you can call **(514) 412-4040** and make an appointment to see the following specialist in _____ days/week(s):

Orthopedic Surgery

Plastic Surgery

When should you ask for help?

Call the specialist (Orthopedic or Plastic Surgeon) or come back to the Emergency Department if:

- Your cast gets wet
- An object has fallen into the cast or the cast is broken
- There is redness on the skin around the cast edges
- Your pain is getting worse or pain medications are not helping
- Your fingers or toes become blue or white

Who do you call if you have any other questions or concerns?

- 8-1-1 (Info-Santé), your own doctor, or the Orthopedic or Plastic Surgeon

Que dois-je faire pour garder mon plâtre en bon état?

- **Gardez-le au sec.** Couvrez-le d'un sac imperméable au moment du bain.
- **Ne le déposez pas sur une surface ou un angle durs** pendant les 3 premiers jours afin de ne pas le déformer : en effet, un plâtre peut mettre **3 jours** à sécher complètement.
- **Gardez-le propre.** N'introduisez pas de saleté ni de sable à l'intérieur du plâtre.
- **Évitez l'usage de lotions ou d'autres produits semblables.** N'appliquez pas de poudre, de déodorant, de lotion, ni de crème sur le plâtre ni sous ce dernier.
- **N'insérez pas d'objets dans le plâtre.** N'utilisez pas d'instruments pour gratter la peau sous le plâtre afin de ne pas endommager la peau ni le plâtre.
- **Laissez à votre médecin le soin de modifier le plâtre.** Ne taillez pas les contours du plâtre et ne retirez pas la ouate de votre plâtre.

À quoi dois-je m'attendre au cours de la première semaine?

Il se peut que vous ressentiez de la **DOULEUR** pendant la première semaine.

- Pour la soulager, prenez de l'ibuprofène ou de l'acétaminophène (sauf en cas d'allergie). Suivez bien les instructions sur le contenant.
- Pour réduire l'enflure, gardez le membre fracturé surélevé au moyen d'une écharpe ou d'un oreiller.

Il se peut que vous ressentiez des **DÉMANGEAISONS** sous le plâtre : c'est tout à fait normal.

- Pour les soulager, soufflez de l'air dans le plâtre à l'aide d'un séchoir à cheveux réglé à *froid*.

Dois-je consulter un autre professionnel de la santé?

Oui. Notre centre des rendez-vous communiquera avec vous d'ici 72 heures pour fixer un rendez-vous. Si vous n'avez pas reçu d'appel passé ce délai, vous pouvez composer le **514 412-4040** pour prendre rendez-vous avec le service ci-dessous dans _____ jours/semaine(s) :

- Chirurgie orthopédique** **Chirurgie plastique**

Dans quelles circonstances dois-je demander de l'aide?

Appelez le spécialiste (chirurgien orthopédiste ou plasticien) ou revenez au Service des urgences si :

- Vous avez mouillé votre plâtre.
- Un objet est tombé dans le plâtre ou le plâtre est brisé.
- Vous avez des rougeurs sur la peau aux extrémités du plâtre.
- La douleur s'intensifie ou les médicaments contre la douleur ne font pas effet.
- Vous avez les doigts ou les orteils bleutés ou très pâles.

Si j'ai des questions, à qui dois-je m'adresser?

- Vous pouvez appeler le 8-1-1 (Info-Santé), votre médecin, le chirurgien orthopédiste ou le plasticien.