



Wrist Guard Care

You have a wrist guard (i.e. a splint) to protect your broken bone from moving and to help healing

- This splint serves the same purpose as a cast, with the advantage of it being removable briefly for bathing. Unless otherwise instructed by your doctor, it should be kept on 24 hours a day.

What should you expect in the first few weeks?

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.

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 **Orthopedic Surgeon** in 1 week. Keep the wrist guard on until instructed by your specialist.

No, you do not need to see another health care professional. You may remove and stop using the wrist guard in _____ weeks; however, you should not return to sports for at least _____ weeks from the date of injury.

NOTE: If you still have pain longer than 6 weeks, see your doctor or call **(514) 412-4040** and make an appointment to see the **Orthopedic** specialist.

When should you ask for help?

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

- Your pain is getting worse or pain medications are not helping
- Your fingers 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 Surgeon



Attelle de poignet

Nous avons protégé votre poignet à l'aide d'une attelle pour empêcher l'os fracturé de bouger et favoriser sa guérison.

- L'attelle joue le rôle du plâtre, mais a l'avantage de pouvoir être retirée brièvement à l'heure du bain. Sauf instruction contraire du médecin, vous devez la laisser en place jour et nuit.

À quoi dois-je m'attendre au cours des premières semaines?

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.

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 **chirurgien orthopédiste** dans _____ semaine(s). Laissez l'attelle en place en attendant les instructions du spécialiste.
- Non,** ce n'est pas nécessaire. Vous pourrez retirer définitivement l'attelle dans ____ semaines, mais vous devrez attendre au moins ____ semaines à compter de la date de la blessure avant de recommencer à faire du sport.
IMPORTANT : Si vous ressentez encore de la douleur après 6 semaines, consultez votre médecin ou composez le **514 412-4040** pour prendre rendez-vous avec l'**orthopédiste**.

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

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

- La douleur s'intensifie ou les médicaments contre la douleur ne font pas effet.
- Vous avez les doigts bleutés ou très pâles.

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

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