

Mon plâtre, j'en prends soin

Information destinée aux parents



À la suite d'une fracture, votre enfant a maintenant un plâtre...

Voici quelques recommandations qui vous seront utiles pour les soins à prodiguer et les points à surveiller en lien avec le plâtre de votre enfant.

À quoi sert le plâtre ?

- Les plâtres sont installés dans le but de :
 - Stabiliser le membre, afin de diminuer la douleur et favoriser une bonne guérison.
 - Dans les cas de fractures, protéger les tissus des dommages qui pourraient leur être causés par les fragments d'os.

Généralités

- Le plâtre conventionnel ne doit en aucun moment être mouillé. Évitez donc les bains, les douches, la pluie et la neige, ne mettez jamais de sac en plastique. Si le plâtre est mouillé ou détruit, allez à l'urgence ;
- Le plâtre ne doit pas être excessivement exposé au soleil ni à la chaleur ;
- Ne grattez jamais la peau sous le plâtre avec une broche à tricoter ou tout autre objet. Vous pourriez blesser l'enfant avec l'objet utilisé. Utilisez plutôt un séchoir à cheveux (air froid) pour soulager la démangeaison souvent reliée à l'humidité dans le plâtre ;
- N'enlevez ou ne frappez jamais le plâtre ;
- Lorsque l'enfant est couché, posez le membre plâtré sur un oreiller afin qu'il soit légèrement plus élevé que le reste du corps, surtout pour les premières 48 heures ;
- Veillez à dégager les pièces où l'enfant circule, afin qu'il ait la possibilité de se déplacer sans danger. Les jouets, les animaux et les tapis glissants peuvent faire trébucher l'enfant ;
- Veuillez ne pas écrire sur le plâtre avant trois jours pour éviter toute déformation ;
- Si vous le désirez, selon l'avis du médecin ou de l'orthopédiste, des plâtres en Gore Tex et en fibre de verre sont disponibles. Des frais s'appliquent.



Lors d'une fracture du bras

- Si votre enfant marche et se promène, assurez-vous qu'il porte son écharpe et qu'il garde ses doigts plus élevés que son coude ;
- S'il est assis, il doit aussi porter son écharpe mais il doit de plus appuyer son bras sur un oreiller ;
- Il ne doit pas porter de bague à la main plâtrée ;
- Encouragez votre enfant à bouger souvent les doigts : il doit étendre et écarter ses doigts, de même que toucher le bout de chacun de ses doigts avec son pouce pour permettre une meilleure circulation et diminuer l'enflure.

Lors d'une fracture à la jambe

- L'enfant doit en tout temps utiliser ses béquilles pour se déplacer ;
- Il est important de ne pas marcher sur une botte plâtrée, on peut le faire seulement avec l'accord du médecin ;
- Un plâtre prend environ 48 heures à sécher. Afin de garder le plâtre en bon état, évitez de marcher sur le plâtre (botte de marche) avant trois jours ;
- Lorsque l'enfant est assis, il doit déposer la jambe plâtrée sur un tabouret afin que la jambe soit à égalité avec la hanche, même à l'école ;
- Rappelez à votre enfant de contracter le plus souvent possible (minimum 10 fois de suite et 10 fois par jour) les muscles de sa cuisse, afin d'éviter la diminution de la force musculaire.

Signes et symptômes à surveiller

- Douleur importante et persistante au membre blessé et ce, malgré l'administration d'acétaminophène ;
- Sensations d'engourdissement, de picotements, d'aiguilles ou perte de sensation au membre affecté (ex. doigts, orteils, talon).
- Incapacité de bouger les doigts ou les orteils ;
- Coloration bleutée ou froideur des doigts ou des orteils ;
- Enflure importante des doigts ou des orteils.

À la suite du retrait du plâtre...

Lorsque la fracture sera guérie et le plâtre enlevé, il sera important de :

- Garder la peau bien hydratée. Pour y arriver, appliquer de la crème hydratante sur le membre plusieurs fois par jour afin de prévenir l'assèchement et l'infection ;
- Faire des exercices afin de retrouver la mobilité du membre. Il se peut que les mouvements soient douloureux au début, à la suite du retrait du plâtre. On vous enseignera ces exercices lors du retrait du plâtre.

Collaborateurs

Pierre Proulx Inf.
Nancy Morissette Inf.

Nicolas Philie-Dufour Inf.
Marie-Josée Girard Inf.

Références

Hôpital Maisonneuve Rosemont (2003) Je m'immobilise pour mieux bouger.
Hôpital Maisonneuve Rosemont Québec

- Sabeh K, Aiyer A, Summers S, Hennriku W, Cast application techniques for common pediatric injuries: A review. *Current orthopaedic practice*. May/June 2020, Volume 31 (3), p 277–287.
- Hockenberry M J, Wilson D, Rodgers C C. (2017) Soins Infirmiers. Pédiatrie. Laval: TC Livres media, pp. 1170-1177 et 1216-1219

Révision

Josée Durocher Inf. Orthopédie
Dominic Chartrand Conseiller en soins Inf., Secteurs ambulatoires

Validation

Dr Guy Grimard Chirurgien orthopédiste

Graphisme

Norman Hogue

Impression CHU Sainte-Justine

© CHU Sainte-Justine

Comité des dépliants destinés à la clientèle du CHU Sainte-Justine

F-856 GRM 30004527 (rév. 10-2020)