



PATIENT  
EDUCATION

# Cast Application and Removal

patienteducation@aub.edu.lb

[www.aubmc.org](http://www.aubmc.org)



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER  
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

Our lives are dedicated to yours



# What is a cast?

A cast is a solid bandage applied to an injured body part. It holds the broken bone in place as it heals and protects it from further injury. Usually, a cast is kept on for a period of four to 12 weeks.

## If I am wearing a cast, when should I go to the emergency department?

Go to the nearest emergency department if you have any of the below symptoms.

1. Numbness or "pins and needles" in your fingers or toes.
2. Swelling or change in color (blue or white) in your fingers or toes. This could be a sign of poor blood flow.
3. Severe pain in the cast area.
4. Fever.
5. Unpleasant odor or discharge under the cast.

You should also go to the emergency department if your cast becomes badly soiled or if it becomes too loose or feels too tight.

# How should I care for my cast?

Take good care of your cast by following the tips below.

- Keep the cast dry and intact. A wet cast can irritate your skin and will no longer support your bones properly.
- Do not scratch your skin under the cast using sharp objects like rulers; do not slip any objects such as powder or tissues inside your cast, even if you have an itchy skin. To relieve itchy skin, place an ice pack covered in a towel on your cast.
- Cover your cast with a plastic bag when bathing to prevent it from getting wet. As an alternative, you can also use a waterproof cast cover to keep it dry.
- Dry the inside padding of your cast, by turning a hair dryer to a cool setting.

- Check the area around the cast regularly for any swellings. Also check for unpleasant odors on the inside of your cast or cracks on its outside.
- Avoid applying lotion on the skin inside the cast.
- Exercise the body parts that are not injured to improve your blood circulation, but avoid strenuous activities that might cause damage to your cast.

## What should I do if I have an arm cast?

- Place the broken arm up on a pillow when in bed.
- Keep your hand at a higher level than the rest of your body.
- When out of bed, keep your injured arm in a sling, and make sure your fingers are higher than your elbow.
- Exercise your fingers every half an hour for several minutes.



# What should I do if I have a leg cast?

- Place the broken leg up on a pillow when in bed.
- Make sure your foot is resting at a higher level than your body.
- While you are seated, rest your leg on a chair or a stool to keep it elevated above the level of your heart.
- Use crutches when walking (if recommended by your doctor) but not when using the stairs.
- Exercise your toes every half an hour for several minutes.

# What to expect during cast removal?

When it is time to remove the cast, make sure your doctor does that. Do not remove the cast on your own since you may cut your skin.

## **Keep in mind that:**

- Cast removal is painless.
- The sound of the saw while your doctor is cutting your cast may be bothering, but the saw won't cut your skin or hurt you.
- You may feel some vibrations or heat during the removal.

# What should I do after cast removal?

- You may notice some stiffness in the area where the cast was applied due to lack of motion. Your arm or leg will get back to normal size with regular use.
- Your joint might be a bit swollen after you remove the cast. Keep your arm or leg elevated to reduce the swelling.
- Take care of your skin.
  - Inspect your skin for any signs of inflammation or infection (such as redness, swelling, discharge, etc.).
  - Your skin might be dry. Gently wash it with warm water, and avoid scrubbing it to prevent bleeding.
  - Apply a moisturizing lotion.
- Exercise the affected area gently to strengthen it. In some cases, your doctor might recommend joining physiotherapy sessions.
- Avoid strenuous activities for at least four to six weeks after removing the cast.

This educational material provides general information only. It does not constitute medical advice. Consult your health care provider to determine whether the information applies to you.

# ماذا علي أن أفعل بعد نزع الجبيرة؟

- قد تشعر ببعض الجمود والتصلب في المنطقة التي كانت مغطاة بالجبيرة بسبب عدم استخدامها لفترة زمنية. ستستعيد الذراع أو الساق حجمها الطبيعي مع الاستخدام المنتظم.
- قد ينتفخ المفصل بعد نزع الجبيرة، لذا يجب رفع الذراع أو الساق على وسادة للحد من التورم.
- إعتني بالجلد:
  - تحقق من عدم وجود أي إشارات تهيج أو التهاب (مثل الإحمرار، الإنتفاخ، النز، إلخ).
  - قد تكون البشرة جافة، لذا قم بغسلها بالمياه الدافئة ولكن تفادى فركها بقوة لعدم التسبب بنزيف.
  - ضع كريم مرطب.
- مرّن المنطقة المصابة بلطف لتقويتها. قد تحتاج إلى جلسات علاج فيزيائي في حال أوصى الطبيب بذلك.
- تفادى الأنشطة المجهدة لمدة أربع إلى ست أسابيع بعد نزع الجبيرة .

يحتوي هذا المستند على معلومات عامة لا تشكّل نصائح طبية بأي شكل من الأشكال. إستشر المسؤول عن رعايتك الصحية لمعرفة ما إذا كانت المعلومات الواردة هنا تنطبق عليك.

# ماذا علي أن أفعل إذا كان لدي جبيرة حول ساقي؟

- ضع الساق المكسورة على وسادة عندما تكون في السرير.
- إحرص على أن تكون الساق على مستوى أعلى من باقي أعضاء الجسم.
- عند الجلوس، ضع ساقيك على كرسي أو طبلية لتبقى على مستوى أعلى من القلب.
- استخدم العكازتين عند المشي (في حال طلب الطبيب ذلك) لكن ليس عند نزول أو صعود الدرج.
- حرّك أصابع القدم كل نصف ساعة لبضع دقائق.

## ماذا علي أن أتوقّع خلال نزع الجبيرة؟

عندما يحين وقت نزع الجبيرة، عليك التوجه إلى الطبيب لإزالتها، ولا يجب أن تبادر إلى القيام بذلك شخصياً بحيث قد تتسبب لنفسك بجرح.

### تذكّر الآتي:

- لا يسبب إزالة الجبيرة أي ألم.
- قد يكون صوت المنشار مزعجاً حين يقوم الطبيب بقص الجبيرة، غير أن المنشار لن يجرح جلدك أو يؤذي.
- قد تشعر بالإرتجاج الخفيف أو سخونة في الجلد أثناء نزع الجبيرة.



- تفقد المنطقة المحيطة بالجبيرة بانتظام للتحقق من عدم وجود إنتفاخ أو روائح كريهة من الداخل، أو تشققات في الجبيرة من الخارج.
- تبادى وضع كريم مرطب على الجلد داخل الجبيرة.
- قم بتمرين أعضاء الجسم غير المصابة لتحسين الدورة الدموية، لكن تبادى الأنشطة الرياضية المجهدة .

## ماذا علي أن أفعل إذا كان لدي جبيرة حول ذراعي؟

- ضع الذراع المكسور على وسادة عندما تكون في السرير.
- إحرص على أن تكون اليد على مستوى أعلى من باقي أعضاء الجسم.
- عندما تكون خارج السرير، أبق الذراع معلقة بحمالة الكتف، وإحرص على إبقاء الأصابع على مستوى أعلى من الكوع (المرق).  
• حرّك الأصابع لبضع دقائق كل نصف ساعة.



# ما هي الجبيرة؟

الجبيرة (cast) هي ضمادة صلبة توضع على جزء مصاب في الجسم لتثبيت العظمة المكسورة في مكانها السليم فيما تتعافى، وحمايتها من أي إصابة أخرى. في الإجمال، يجب إبقاء الجبيرة ما بين أربعة أسابيع و12 أسبوعاً.

إذا كان لدي جبيرة، متى يجب أن أتوجه إلى قسم الطوارئ؟  
توجّه إلى أقرب قسم طوارئ في حال ظهور أي من الأعراض التالية:

1. تخدر أو تنميل في أصابع اليد أو القدم.
  2. إنتفاخ أو تغير لون أصابع اليد أو القدم (لون أزرق أو أبيض) إذ قد يشير ذلك إلى نقص في تدفق الدم.
  3. ألم حاد في المنطقة المجرّبة.
  4. حرارة.
  5. إنبعاث رائحة كريهة أو نز تحت الجبيرة.
- كما يجب التوجه إلى الطوارئ في حال إتساخ الجبيرة بشدّة أو في حال إتّساع الجبيرة أو الشعور أنها ضيّقة جداً.

## كيف أعتني بالجبيرة؟

- يجب أن تعتني بالجبيرة جيداً عبر اتباع الخطوات التالية:
- حافظ على جفاف وسلامة الجبيرة، فالجبيرة المبللة قد تهيج الجلد وهي لا تدعم العظام كما يجب.
  - لا تضع أي أدوات حادة كالمسطرة داخل الجبيرة، ولا تحاول إدخال أشياء أخرى كالبودرة، أو المحارم، حتى عند الشعور بالحكة. من أجل تخفيف الحكة، ضع كيس من الثلج مغطى بمنشفة على الجبيرة.
  - قم بتغطية الجبيرة بكيس بلاستيكي عند الإستحمام لمنع تبلّلها. كما يمكنك إستخدام غطاء مخصص للجبيرة للحفاظ على جفافها.
  - إستخدم مجفف الشعر لتجفيف الجبيرة من الداخل، شرط وضعه على درجة حرارة باردة.





إرشادات  
للمرضى

# وضع الجبيرة ونزعها

[www.aubmc.org](http://www.aubmc.org)

[patienteducation@aub.edu.lb](mailto:patienteducation@aub.edu.lb)



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER  
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

كلنا سلامة صحتكم