

À SURVEILLER

- › Douleur de plus en plus intense et continue au niveau de la main immobilisée, malgré la prise de médicaments antidouleurs.
- › Gonflement, malgré la surélévation du membre.
- › Changement de couleurs des doigts.
- › Perte de sensibilité au niveau de la main.
- › Engourdissement, fourmillement continu.
- › Résine cassée.
- › Difficulté à respirer ou douleur à la poitrine.

Si vous présentez l'un de ces symptômes, contactez les urgences de la main au

03 68 76 52 18

(Interne de Garde SOS Main, 24h/24)

ou **03 68 76 52 21**

(Equipe soins infirmiers de 8h à 22h)

Brochure rédigée par M. Schwebel (ergothérapeute), validée par Pr Facca (Chirurgienne de la Main), Dr Martins (Chirurgien de la Main), et M. Egele, S. Schulz (cadre de santé) (2021)

Hôpital de Hautepierre
Avenue Molière
67 200 STRASBOURG

Urgences de la main

(24 heures sur 24 et 7 jours sur 7)

Entrée par les urgences enfants ou adultes

> **03 68 76 52 18**

urgences.sosmain@chru-strasbourg.fr

Consultation de la main

(Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 16h)

Entrée par le hall d'accueil

> **03 68 76 53 23**

Consultations-chirurgiedelamain@chru-strasbourg.fr

**BIEN VIVRE AVEC
MON IMMOBILISATION**

- › Consignes jusqu'à votre prochain rendez-vous en consultation de chirurgie de la main



DE QUOI S'AGIT-IL ?

- > Vous avez eu une immobilisation en résine suite à votre passage au service **SOS Main** à l'hôpital d'Haute-pierre.
- > Vous devez porter votre résine semaines.
- > Votre **prochain rendez vous** est prévu en **consultation de chirurgie de la main** à l'Hôpital d'Haute-pierre, le / à h
- > Pour prendre rendez-vous, veuillez **téléphoner au secrétariat 03 68 76 53 23** (de 9h à 12h et de 14h à 16h)
- > **Le jour du rendez - vous :**

- > Entrer par le hall d'accueil
- > Rester au niveau de l'entrée, niveau 2
- > Suivre la Lettre **E** au sol
- > Prendre un ticket au **Bureau des inscriptions**
- > Suivre les flèches de couleur orange au sol 

À FAIRE

- > **Surélever le bras immobilisé** lorsque vous vous reposez, à l'aide d'un oreiller sur le lit ou d'un coussin sur l'accoudoir du fauteuil pour faire dégonfler la main et favoriser la circulation du sang. La main doit être au dessus du niveau de l'épaule.
- > **Bouger les doigts et le coude fréquemment**, pour limiter les raideurs et favoriser la circulation du sang.



- > **Encas de démangeaison, envoyer de l'air froid sous la résine à l'aide d'un sèche cheveux**, pour diminuer l'envie de se gratter.
- > **Protéger avec un sac de congélation ou sac plastique épais maintenu par un élastique pendant la douche.** Il existe également des housses de protection prévues spécialement à cet effet, disponibles en pharmacie.

À NE PAS FAIRE

- > **Ne pas mouiller la résine.**
- > **Ne pas utiliser d'objets pour se gratter sous la résine** (règle, tournevis,...)
- > **Ne pas conduire de véhicule motorisé** (moto, voiture, trottinette,...) car l'assurance ne serait pas valide en cas d'accident.
- > Ne pas porter de **bijoux** sur la main immobilisée.
- > Ne pas faire de **sport**.

