

# Håndbok

Applisering av skinner  
og sirkulære gipser

 **X-LITE**<sup>®</sup>



# X-LITE® Produktsortiment

X-LITE® finnes i tre ulike varianter. Classic, Premium og Plus. Valg av produkt er avhengig av den kliniske indikasjonen samt personlige preferanser.

X-LITE® er et luftig lettvektsmateriale som er designet for å oppfylle alle behov ved framstilling av gipsskinner, sirkulærgips og ortoser. Materialet er produsert av 100% bomullsvev som er impregnert med en giftfri termoplast. Alle reaktive bestanddeler i termoplasten er ferdigherdede, noe som betyr at de ikke avgir noen form for farlig gass ved gipsing eller når bandasjen fjernes med sag eller saks. Dette gir deg et giftfritt og miljøvennlig alternativ - Ecocast.

X-LITE® avgir ingen farlige gasser eller andre biprodukter ved oppvarming, applisering eller under herding. X-LITE® kan derfor appliseres uten bruk av ekstra beskyttelse som f.eks. hansker og spesielt utsug i rommet. Det finnes ingen restriksjoner ved bruk av X-LITE® for gravide, allergikere og astmatikere.



## X-LITE® CLASSIC

CLASSIC er originalen. De store rutene i nettet gir god ventilasjon. Som det sterkeste materialet i vårt sortiment kan det, etter eget behov, brukes til alle skinner og sirkulærgips.



## X-LITE® PREMIUM

PREMIUM er laget av en tynnere kvalitet med mindre ruter. Dette gjør Premium mer smidig og elastisk og det passer derfor til mindre applikasjoner for øvre ekstremiteter og til barn.



## X-LITE® PLUS

PLUS er laget av Premium kledd med et trekk av myk polyester, noe som gjør at man kan velge mellom fem ulike farger. Egnet til sirkulære gipser.

Alle tre sortene kommer i ark og dispenserbokser til skinner, samt ruller i ulike bredder for sirkulær gipsing.

# Innhold

Instruksjoner	4
Polstring og gipsing av skinner	5
Polstring og sirkulærgipsing	6
Distal radiuskinne	7 - 8
Distal radiuskinne med dorsal og volar støtte	9 - 10
Tommelskinne, radial kantgips	11 - 12
Volar hånd-/fingerskinne (POSI)	13 - 14
Helarmskinne, modell 1	15 - 16
Helarmskinne, modell 2	17 - 18
Sirkulær underarmgips med eller uten tommelstøtte	19 - 20
Sirkulær underarmgips med eller uten tommelstøtte	21 - 22
Dorsal skinne til nedre del av benet	23 - 24
Sirkulær gips til nedre del av benet med tåstøtte	25 - 26
Sirkulær gips til nedre del av benet	27 - 28
Polstring av fot med tåstøtte	29
Polstring av albue	30
Tommelbase strømpe - kantstrømpe	31

# Instruksjoner

- X-LITE® varmes i vannbad på 65°C-70°C.
- X-LITE® skinner skal varmes i vannbadet i 1 minutt, og rullene ca. 3 minutter med litt høyere varme.
- Pass på at vannet trenger skikkelig inn i rullene, og at rullene er helt oppvarmet før man starter arbeidet.

Valg av produkt avhenger av den kliniske indikasjonen samt personlige preferanser.

	Skinner	Ruller
Oppvarming	1 min	3 min
Arbeidstid	45-60 sek	1 min
Kjøling	1-2 min	3-5 min
Belastningsbar		30 min

- Bruk en tang for å ta opp materialet fra vannet og unngå direkte kontakt med vannet. La overflødig vann dryppe av før applisering av materialet. Materialet i seg selv blir ikke varmt.
- Fest alltid alle lagene godt ved å trykke/gni de sammen. Både når de settes sammen til skinner eller sirkuleres på pasienten.
- Materialet kan formes om hvor mange ganger man vil til samme pasient. Gjenbruk ubrukte rester og ruller på nye pasienter.
- Vi anbefaler alltid individuell vurdering av pasientens tilstand, så pasientens hud, benutspring og annet er tilstrekkelig beskyttet. Dekk alltid til åpne sår og arr med egnet forbindelse. For benete utspring, ujevnheter og andre følsomme områder anbefaler vi punktpolstring med trykkavlastende skum eller liknende.
- De fleste typer strømper og polstring fungerer fint med X-LITE®. I denne guiden bruker vi X-LITE® Stockinette og Foampolstring.
- Gjør små forandringer ved å punktvarme en ferdig gips eller skinne med en vanlig hårtørker. Hold alltid din egen hånd nær området du varmer for å unngå å brenne pasienten.
- Bruk en håndduk dyppet i kaldt vann, en ispose eller kjølespray for raskere nedkjøling av gipsen.

# Polstring og gipsing av skinner

## Polstring

1



Tre på strømpen og punktpolstre benutspring, ujevnheter og områder som er følsomme for trykk.

2



Vikle foam-bind med 50% overlapping.

## Gipsing

1. Forbered gipsen, mål ut skinnen i ønsket lengde, og brett i doble lag (tre lag over frakturområdet ved behov), fest lagene sammen, klipp skinnen til ønsket form og legg ned i vannbadet.
2. Forbered pasienten, tre på strømpe og appliser, eventuelt punktpolstre og bruk polstringsvatt.
3. Legg skinnen på pasienten – form gipsen godt, brett strømpe og vikle på elastisk bind.



Legg på gips og brett strømpe. Avslutt med et elastisk bind.

# Polstring og sirkulær gipsing

## Polstring



Tre på strømpen og punktpolstre benutspring, ujevnheter og områder som er følsomme for trykk.



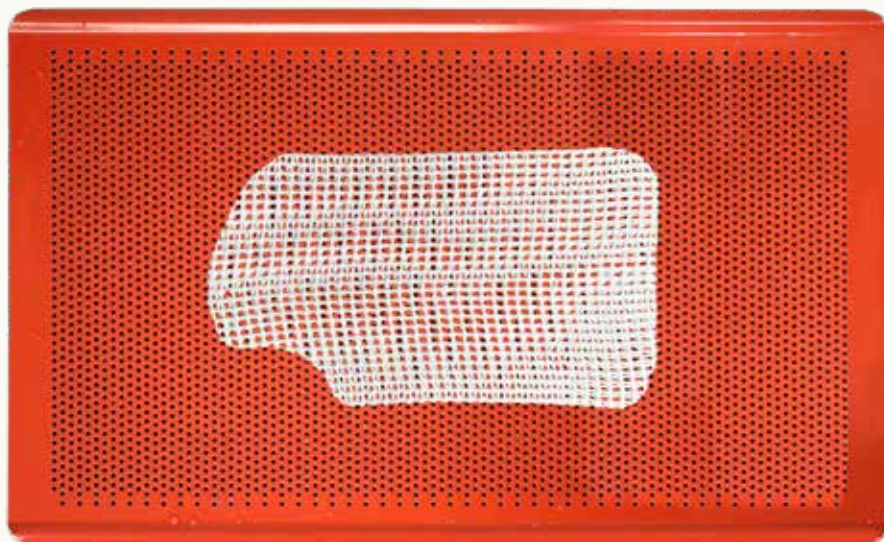
Brett strømpen innen man starter å gipse.

## Gipsing

- Legg rullene i vannet og la de ligge i ca. 3 min. Ta opp rullene og forbered de ved å åpne platen. Klipp og brett kantene tilpasset etter hver enkelt gipsbeskrivelse før du starter arbeidet med pasienten. Legg tilbake alle rullene i vannet.
- Forbered pasienten, tre på strømpe og appliser eventuelt punktpolstre og bruk polstringsvatt. Brett strømpen før gipsing.
- Ta opp den forberedte gipsrullen, rist ut overflødig vann av rullen – Classic og Premium har en plastseparator og kan derfor trykkes fri for vann. Plastfilmen dras kontinuerlig bort fra gipsmaterialet under selve gipsingen så ikke platen fester seg mellom lagene.
- Overlapp lagene med 50%, 60-80% over ledd.
- Snu rullen utover og form gipsen godt og stryk på gipsen så lagene festes til hverandre, dette gjøres kontinuerlig under hele gipsingen.

# Distal Radiusskinne

1



## Materiale

- Stockinette til arm 5-7 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 75 mm
- X-LITE<sup>®</sup> Classic dispenser/ark 12,5-15 cm bredde
- Elastisk bind 6 cm

Klipp ut skinnen i henhold til bildet og fest lagene godt til hverandre.

2



Ved applisering av skinnen; ha et lett drag i begge sider på skinnen. Den skal ligge tett inntil, men ikke stram til for hardt rundt armen. Håndleddet holdes i funksjonsposisjon og gipsskinnen formes godt for best mulig funksjon/passform.

3



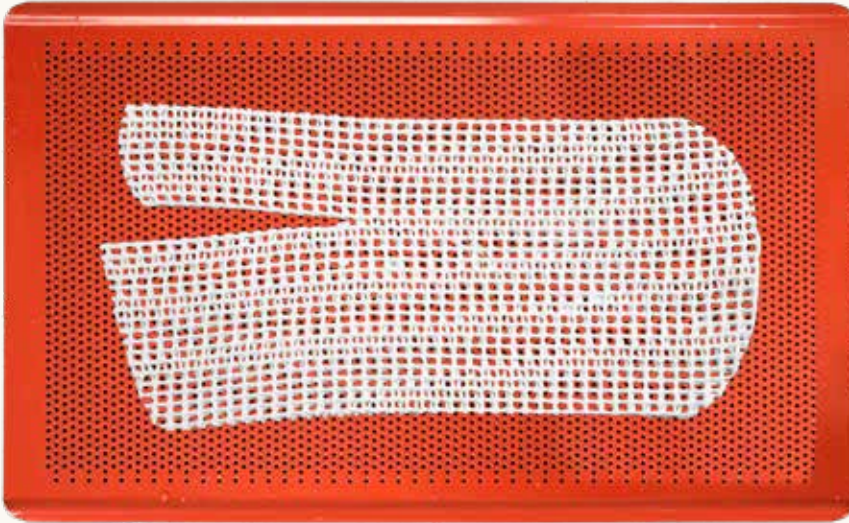
Ferdig gips. Håndledd i funksjonsposisjon, frie mcp-ledd, fri bevegelse i palmarbøyen, tommel og albueledd.



# Distal Radiusskinne

med dorsal- og volar støtte

1

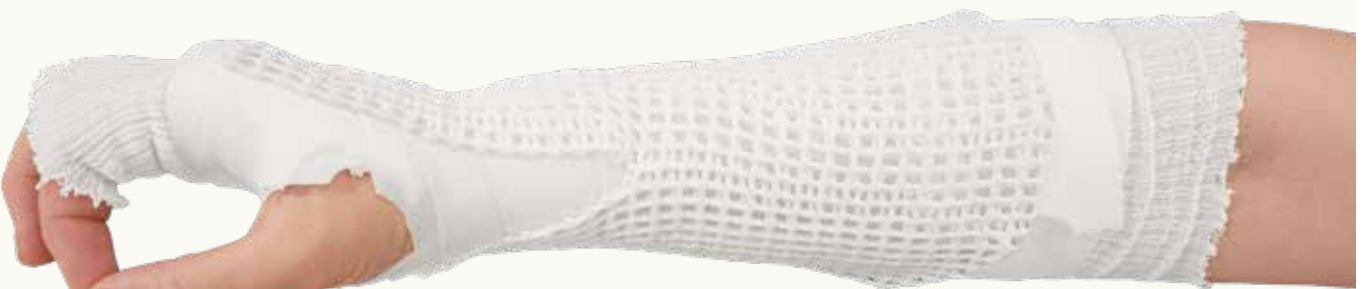


## Materiale

- Stockinette til arm 5-7 cm bredde
- Punktpolstring till benutspring
- Polstringsvatt 75 mm
- X-lite<sup>®</sup> Classic dispenser/ark 12,5-15 cm bredde
- Elastisk bind 6 cm

Klipp ut skinnen i henhold til bildet og fest lagene godt til hverandre.

2



Ved applisering av skinnen ha et lett drag i begge sider på skinnen, legg den brede delen av skinnen på armens dorsalside, pakk inn radius og plasser den smale delen av skinnen palmart i hånden. Vær oppmerksom på at skinnen volart slutter før den palmare bøyen for å opprettholde fri bevegelighet. Håndleddet holdes i funksjonsposisjon og gipsskinnen formes godt for å oppnå best mulig funksjon/passform.

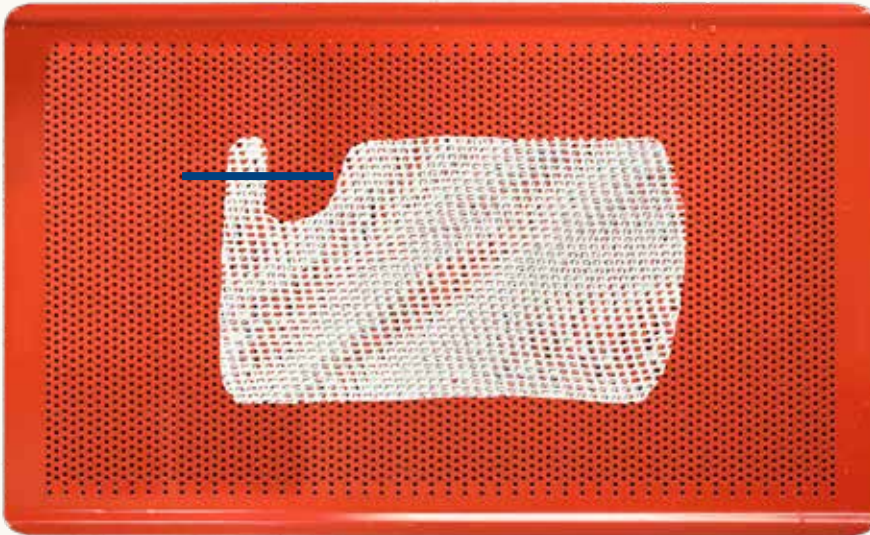


Ferdig gips. Håndledd i funksjonsposisjon, frie mcp-ledd, fri bevegelse i palmarbøyen, tommel og albueleddet.

# Tommelskinne

## Radial kantgips

1



### Materiale

- Stockinette til arm 5-7 cm bredde
- Stockinette til tommel 2-3 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 75 mm
- X-lite<sup>®</sup> classic eller premium-dispenser/ark 10 - 15 cm bredde

Klipp ut skinnen i henhold til bildet. Om det ikke ønskes sirkulært rundt tommelen, men kun skinne, kutt av den delen som støtter rundt tommelen (se blå markering) før gipsing, og ikke fest helt lagene til hverandre rundt tommelen.

2



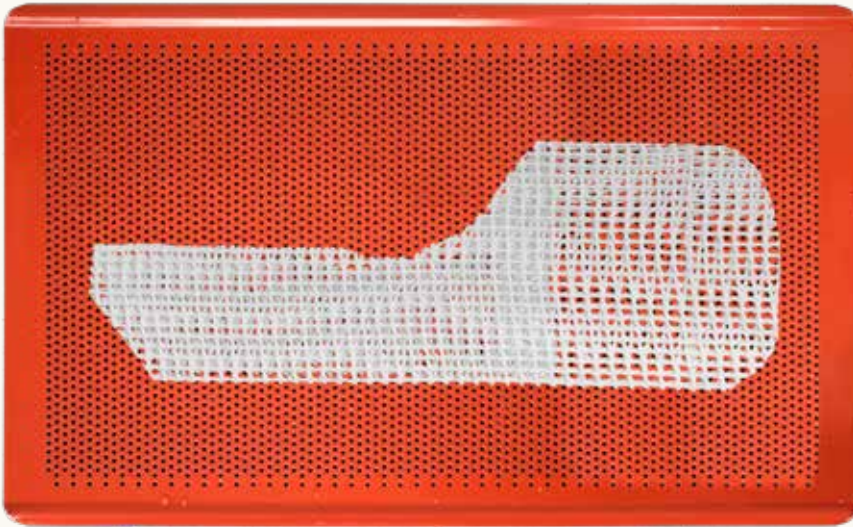
Vie applisering av skinnen; ha et lett drag på begge sider av skinnen, legg skinnen på armens radialsida fra tommelens IP-ledd og opp på underarmen (for lang gipsskinne over hele tommelen; appliser gipsen så den dekker hele IP-leddet). Håndleddet holdes i funksjonsposisjon og gipsskinnen formes godt for best mulig funksjon/passform. Det er ekstra viktig å forme nøye rundt tommel og tommelbase.



Ferdig gips. Håndledd i funksjonsposisjon, fritt IP-ledd, pasienten skal kunne holde tommelgrepet (om ikke annet er avtalt). Form godt rundt tommel og tommelbasen.

# Volar Hand-/fingerskinne (POSI)

1



## Materiale

- Stockinette til arm  
5-7 cm bredde
- Stockinette/bind til fingre
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 75 mm
- X-lite® Classic dispenser/ark  
12,5-15 cm bredde
- Elastisk bind 6 cm

Klipp ut skinnen i henhold til bildet og fest lagene godt til hverandre.

2



Ved behov anbefaler vi forbindelse av fingrene under gipsen for å hjelpe til med å redusere hevelse i hånd og fingre. Forbindingen erstatter da stockinetten.



Ved applisering av skinnen; ha et lett drag på begge sider av skinnen, plasser skinnen volart rundt hånden, brett over eventuelt overflødig materiale rundt dig. 5. Håndleddet holdes i funksjonsposisjon, MCP-leddene ca. 80° og fingrene helt rette. Gipsskinnen formes godt for best mulig funksjon/passform.



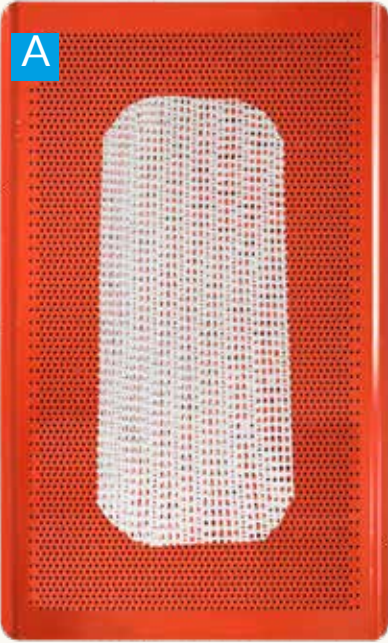
Ferdig gips. Fingre, hånd og håndledd i POSI.

# Helarmskinne

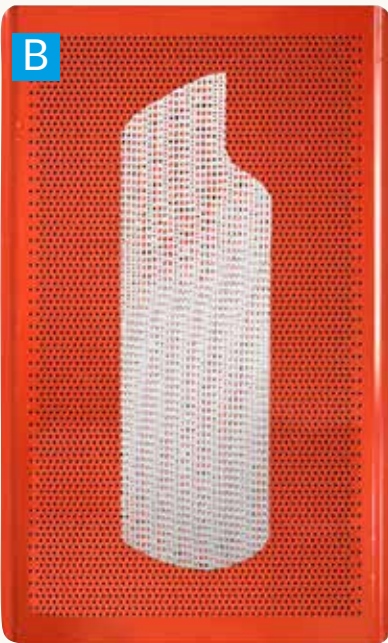
## Modell 1


**1**

**A**



**B**





### Materiale

- Stockinette til arm 7-10 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 75-100 mm
- X-lite<sup>®</sup> Classic dispenser/ark 12,5-15 cm bredde til underarm. 15-20 cm til overarm.
- Elastisk bind 6-10 cm

Helarmskinne i to deler. Skinne A måles etter overarmen, og skinne B etter underarmen. Den overlapper over albuen = fire lag over albuen. Klipp ut skinnene i henhold til bildet.



Appliser skinne 1a på overarmen, ha et lett drag på begge sider av skinnen, knip sammen overflødig materiale nede ved albuen og klipp bort (se bildet). Form godt for best mulig funksjon/passform.



Appliser skinne 1b på underarmen, ha et lett drag på begge sider av skinnen, knip sammen overflødig materiale nede ved albuen og klipp bort (se bildet).

4



Jobb sammen materialene over albuen for en holdbar form. Form godt for best mulig funksjon/passform.

5



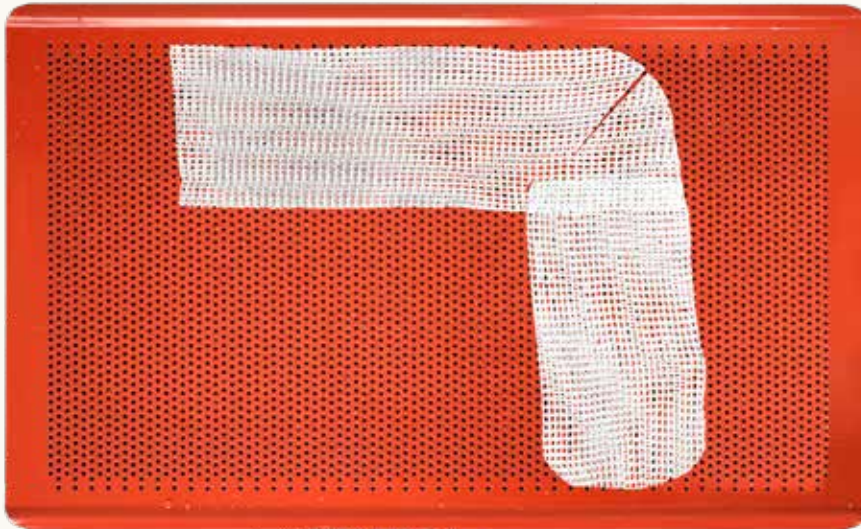
Ferdig gips. Hånd og håndledd i funksjonsposisjon. Underarm i nøytral. 90°C i albueleddet (om ikke annet er angitt). Korrekt lengde proksimalt.



# Helarmsskinne

## Modell 2

1



### Materiale

- Stockinette til arm  
7-10 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 75-100 mm
- X-lite<sup>®</sup> Classic dispenser/ark  
12,5-15 cm bredde til underarm  
og 15-20 cm til overarm
- Elastisk bind 6-10 cm

Den ene måles etter overarmen og den andre etter underarmen rundt albuen. Monter sammen de to skinnene med ca. 2 cm overlapping så du får en L-formet skinne. Klipp et spor ca. 2/3 vinkelrett mot hjørnet på L-skinnen.

2a



2b



2c



Brett de to delene over hverandre ved sporet og fest lagene sammen så det dannes et rundt hull for albuen.

3



Start med å feste skinnen rundt albuen og dra deretter skinnen opp på overarmen og ut på underarmen.

4



Klipp til skinnen i begge ender for å passe lengden. Avrund skarpe hjørner. Klipp rundt tommelen for fri bevegelse. Form godt for best mulig funksjon og passform.

5

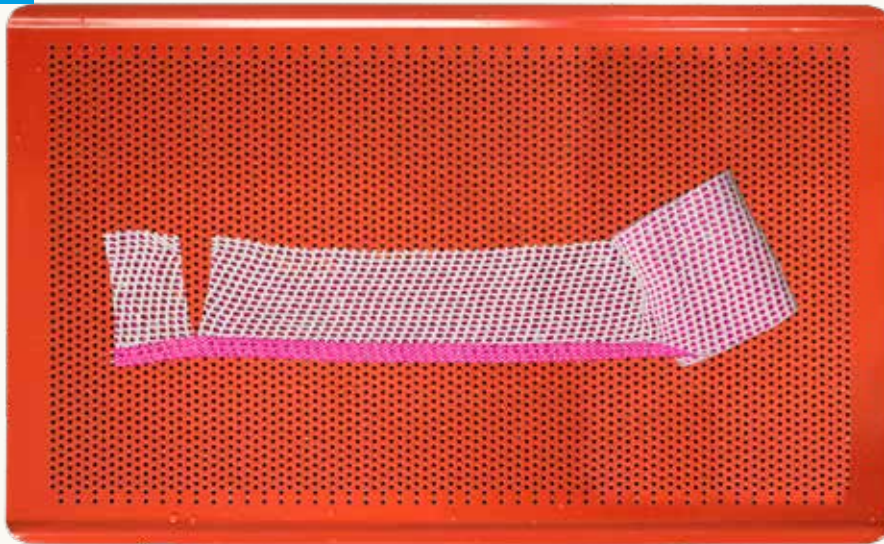


Ferdig gips. Frie MCP ledd. Hånd og håndledd i funksjonsposisjon. Underarmen i nøytral. 90°C i albueleddet (om ikke annet er angitt). Korrekt lengde proksimalt.

# Sirkulær underarmsgips

Med eller uten tommelstøtte

1



## Materiale

- Stockinette til arm  
5-7 cm bredde
- Stockinette til tommelbasen  
2-5 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 75 mm
- X-lite<sup>®</sup> plus rull 7,5 cm mulig  
1-2 ruller

Brett kanten på den ene siden på rullen, og klipp deretter et spor ca. 10 cm inn på rullen, klipp sporet fram til den brettede kanten.

2



Start gipsingen rundt tommelen, legg på fliken som er forberedt slik at den ligger langs med tommelen. Dra i rullen så den går rundt tommelen og sporet som passer mellom hånd og tommel.

Form gipsen rundt tommelen for best mulig passform. Gå en hel runde rundt tommelen og gå deretter videre rundt hånden. Ha et lett drag i rullen når du jobber.

3



Når du har gått en runde rundt hånden og kommer til tommelen, klipp ett spor i bindet for å kunne vikle gipsen mellom hånd og tommel (se bildet).

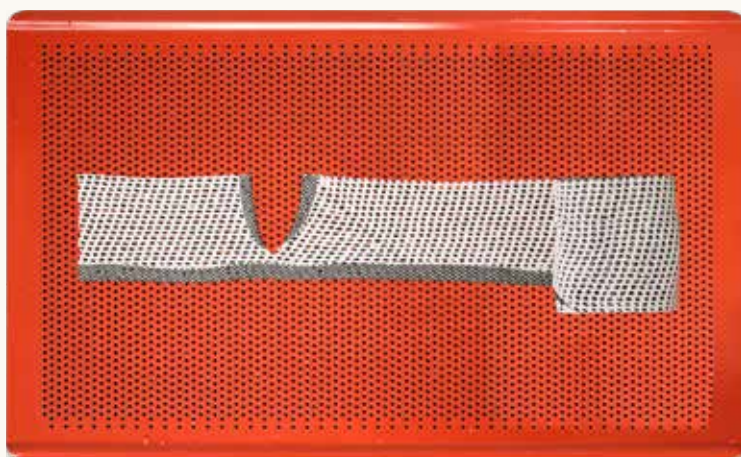
Form gipsen godt i håndflaten. Fortsett sirkuleringen opp på overarmen med 50% overlapping.

4



Ferdig gips. Hånden i funksjonsposisjon. Fri IP-ledd i tommelen og fri bevegelighet i albueleddet. Godt formet i håndflaten og mellom radius/ulna.

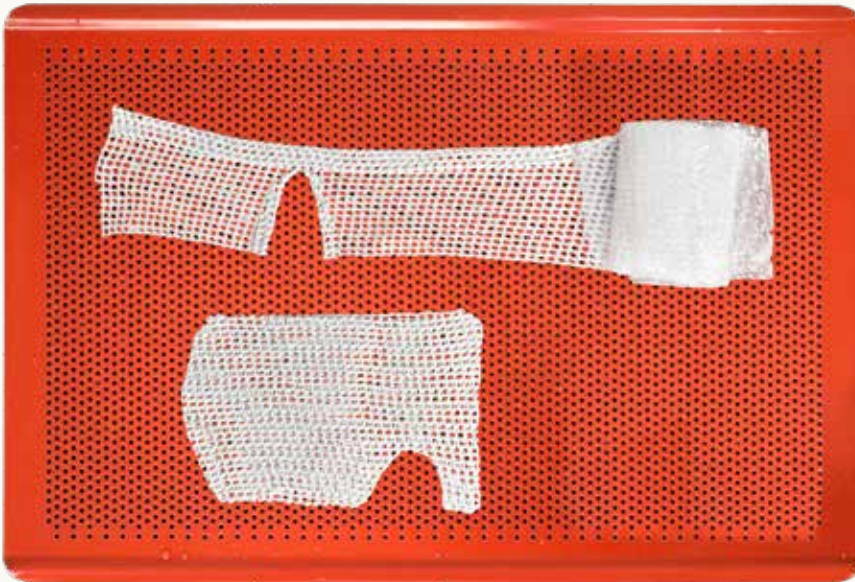
Ved applisering av en underarmsgips hvor man ikke trenger ekstra tommelstøtte klippes sporet ca. en håndbredde inn på gipsbindet. Start da sirkuleringen rundt hånden (ikke rundt tommelen).



# Sirkulær underarmsgips

Med eller uten tommelskinne

1



## Materiale

- Stockinette til arm  
5-7 cm bredde
- Stockinette til tommelbasen  
5 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 75 mm
- X-lite® Premium rull  
7,5 cm 1-2 ruller
- Tommelskinne Premium  
10 cm bredde

Brett kanten på den ene siden av rullen, og klipp deretter et spor en håndbredde inn på rullen, klipp sporet fram til den brettede kanten. Forbered tommelskinnen i dobbelt lag og klipp i henhold til anvisningen på bildet. Legg tilbake alt i vannbadet.

2



Start med å sette på plass tommelskinnen. Legg skinnen på armens radialsida fra tommelens IP-ledd og opp på underarmen. Håndleddet holdes i funksjonsposisjon. Det er ekstra viktig med å forme nøye rundt tommelen og tommelbasen.

3



Start gipsingen rundt hånden, pass inn sporet mellom tommel og pekefinger, og pass på å ha et lett drag ved første runde når du fester gipsen. Plastfilmen dras kontinuerlig bort fra gipsmaterialet under selve gipsingen så den ikke fester seg mellom lagene. Fortsett opp på underarmen med 50% overlapping.

4



Fest rullen mot armen så den ikke blir kald. Gå tilbake og form godt i håndflaten.



Ved applisering av en underarmsgips hvor tommestøtte ikke er nødvendig utelater man tommelskinnen.



Ferdig gips uten tommelskinne. Hånden i funksjonsposisjon. Fri bevegelighet i tommel, tommelbasen og albueleddet. Godt formet i håndflaten og mellom radius/ulna.

# Dorsal skinne til nedre del av benet

**1**



**Materiale**

- Stockinette til ben 7-10 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 100-125 mm
- X-lite® Classic dispenser/ark 15 + 20 cm bredde
- Elastisk bind 10 cm

Klipp ut skinnene i henhold til bildet. Skinne A: 20 cm bredde målt etter nedre del av benet, to lag. Skinne B: 15 cm bredde like lang som den andre skinnen, brett dobbelt på lengden.

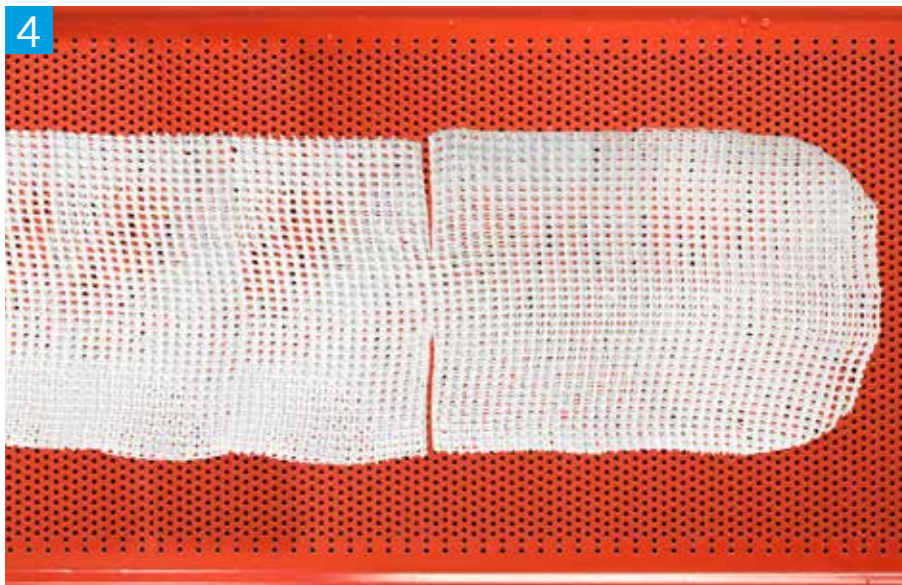


Appliser skinne 1a som en L ved å legge skinnen på benets dorsalside. Ha et lett drag i begge sider på skinnen ved applisering. Knip sammen overflødig materiale rundt ankelen og klipp bort.



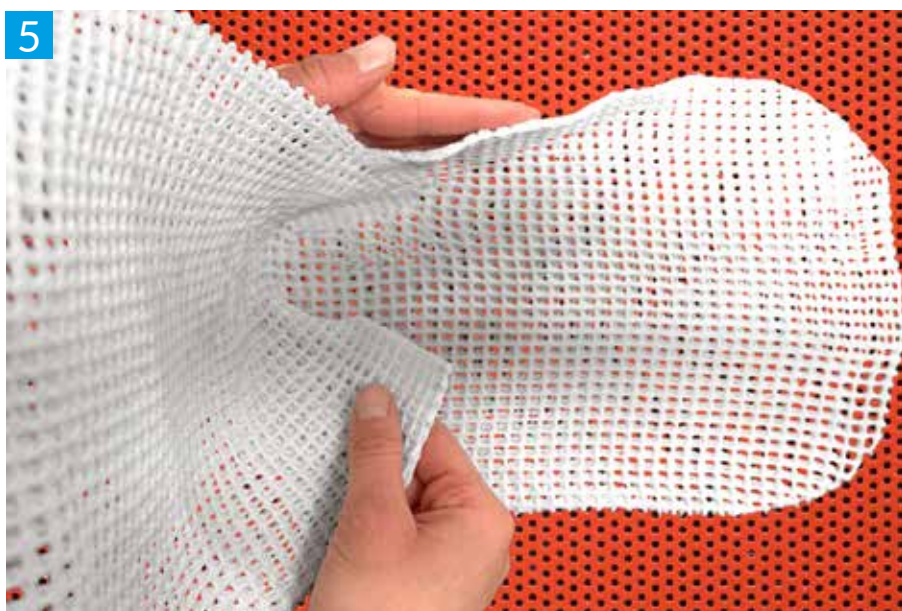
Appliser skinne 1b, legg den som en U under foten og opp på begge sider av leggen, lås de klippede brettene fra skinne 1a. Foten holdes i 90° og gippskinnen formes godt for best mulig funksjon/passform.

4



Skinnen kan også formes før applisering. I denne modellen brukes 3 lag gips rundt fot/ankel (ingen U-skinne). Mål lengden på foten og klipp et spor på begge sider (se bildet).

5



Brett inn sidene så de former en L-skinne og fest lagene godt i hverandre. Varm skinnen igjen. Ved applisering plasseres hælen først i skinnen, fest delen mot foten og deretter opp på leggen.

6



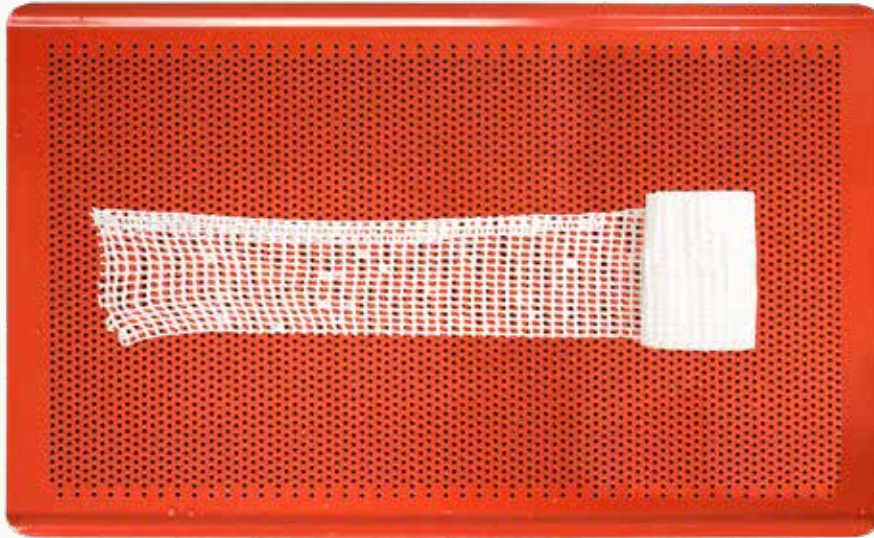
Ferdig gips. Ankel i 90°, frie tær, fri bevegelse i kneet.



# Sirkulær gips

til nedre del av benet med tåstøtte

1

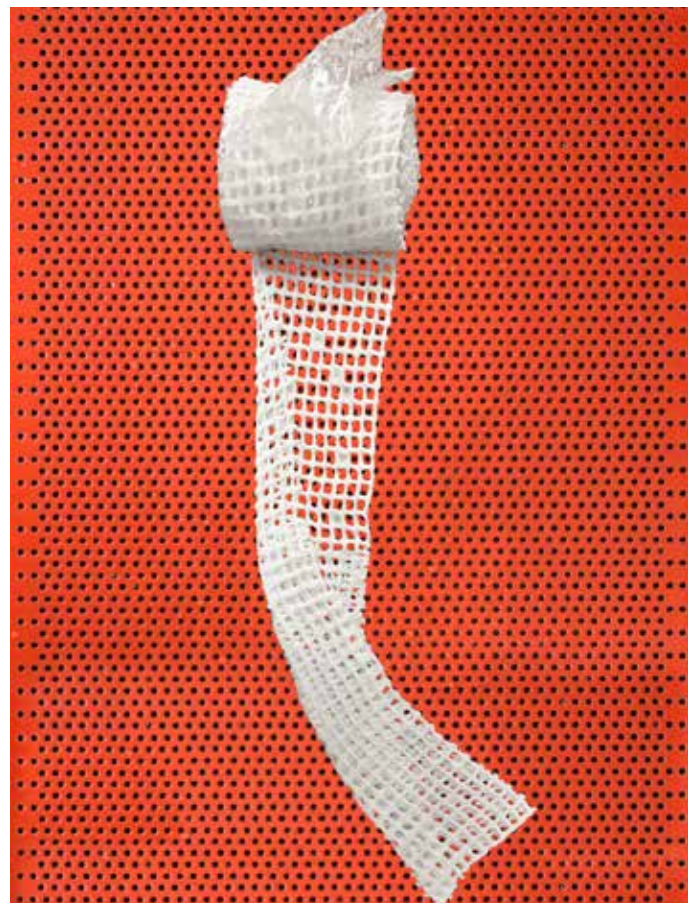
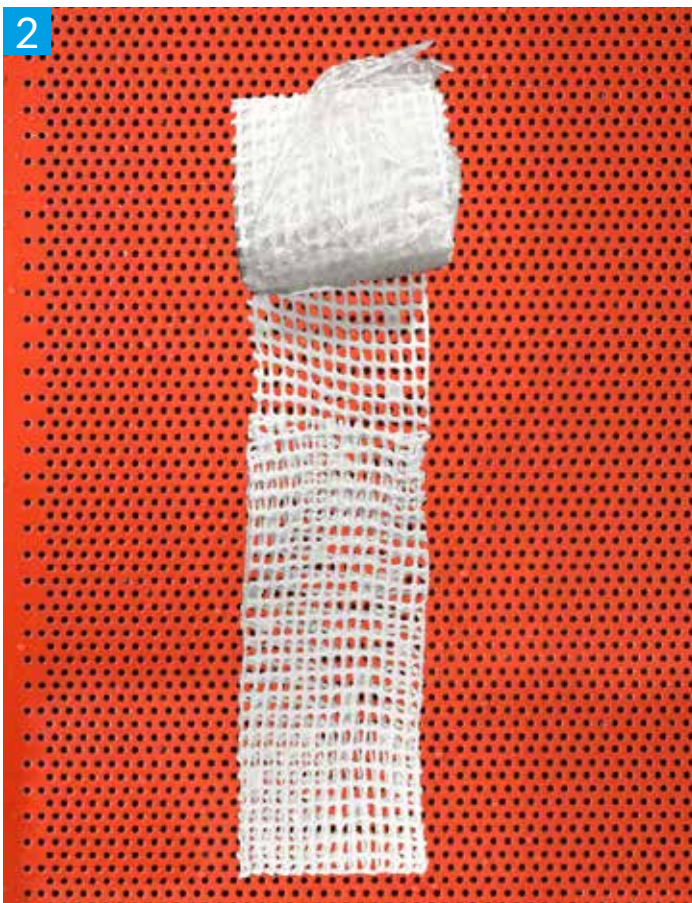


## Materiale

- Stockinette til ben  
7-15 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 100-125 mm
- X-lite<sup>®</sup> Classic rull  
1 stk. 7,5 cm bredde +  
2-3 stk. 10 cm/12,5 cm

Brett kanten på ene siden av den første 10 cm-rullen som skal brukes til proksimal start.

2



Forbered tådelen ved å brette de første 20 cm av 7,5 cm rullen dobbelt. Brett sammen tådelen som illustrert på bildet så det blir 3 lag under tærne.

3



Start gipsingen proksimalt på leggen med den første 10 cm-rullen som du har forberedt den brette- de kanten. Overlapp 50/50.

4



5



Når du kommer til hæl og fotbuen kan gipsen forsterkes på undersiden ved å legge doble lag fram og tilbake (se bildet). Når du kommer til tærne og skal avslutte, appliser den forberedte tådelen under tærne. Gipssko kan med fordel appliseres direkte for å hjelpe gipsen med å tørke i rett posisjon.

6

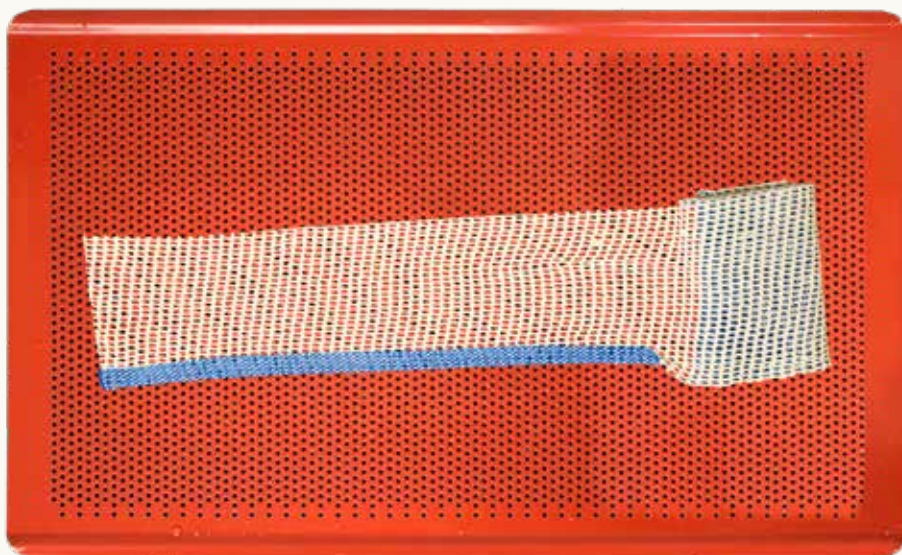


Ferdig gips. Ankelen i 90°, pasienten med skikkelig støtte hele veien ut under tærne. Pasienten skal kunne bøye kneet.

# Sirkulær gips

til nedre del av benet

1



## Materiale

- Stockinette til ben  
7-15 cm bredde
- Punktpolstring til benutspring
- Polstringsvatt 100-125 mm
- X-lite<sup>®</sup>Plus rull, 1 stk.  
10 cm bredde +  
2-3 stk. 12,5 cm

Brett kanten på den ene siden av 10 cm rullen.

2



Start å gipse ved tærne med 10 cm rullen som har en brettet kant. Legg den brettete kanten ut mot tærne. Overlapp 80/20 rundt fot og ankel. Fortsett opp på leggen med 50/50 overlapping.



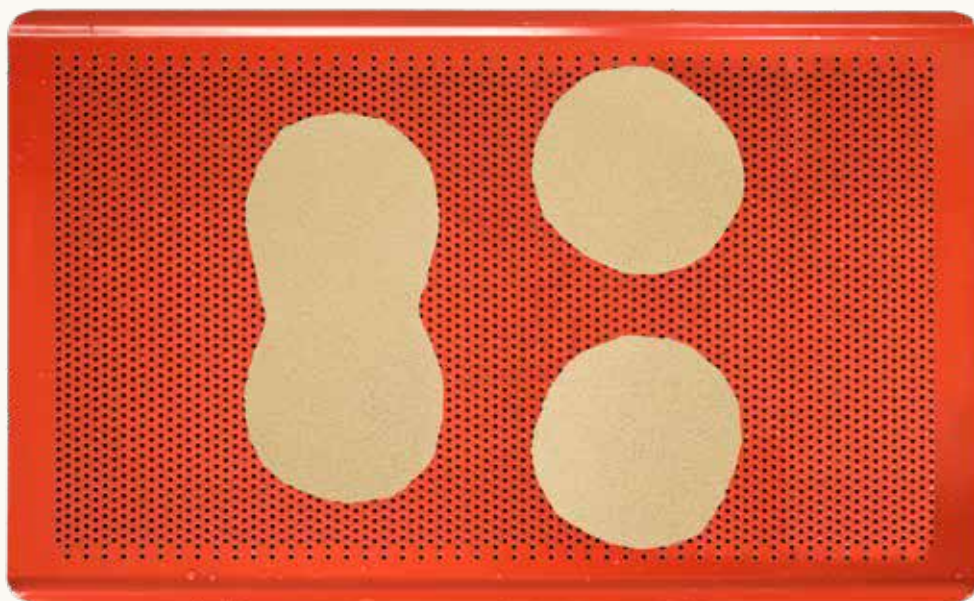
Avslutt under kneet ved å brette kanten på gipsen når du legger den siste runden.



Ferdig gips. Ankelen i 90°, skikkelig støtte hele veien opp til tåranden plantart. Pasienten skal kunne bøye kneet.

# Polstring av fot med tåstøtte

1



Punktpolstring for malleoler og hæl.

2



Appliser punktpolstring på malleoler, hæl og eventuelt andre benutspring ved behov, for å unngå gnag og trykk.

3



Vikle på vatten så den dekker hele veien opp over tærne. Klipp deretter bort overflødig vatt på oversiden av foten for å få fram tærne.

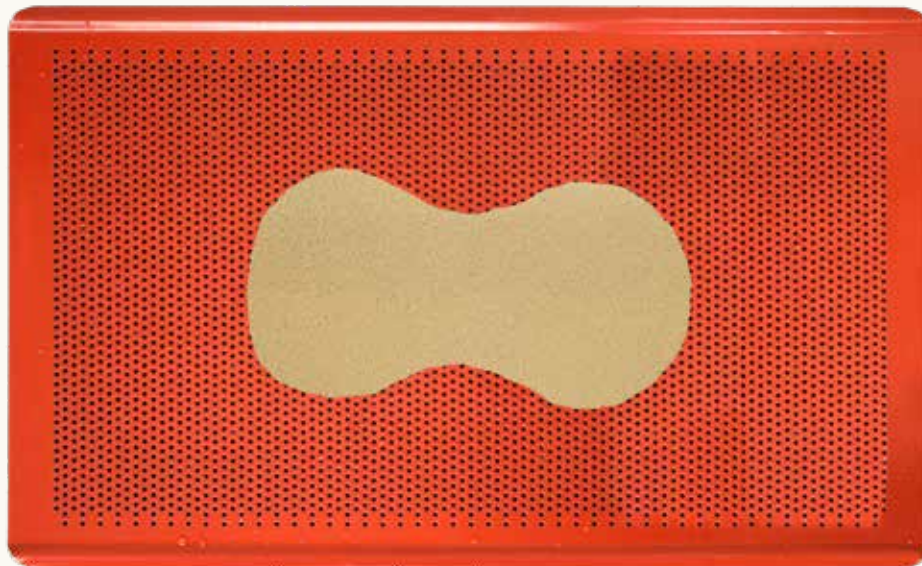
4



Brett ned strømpen dobbelt en gang, brett den deretter ned en gang til så tærne blir helt frie.

# Polstring av albue

1



Punkt-polstring for albue og epikondyler.

2



Appliser punkt-polstring på albuebenet og epikondylene for å unngå gnag og trykk.

3

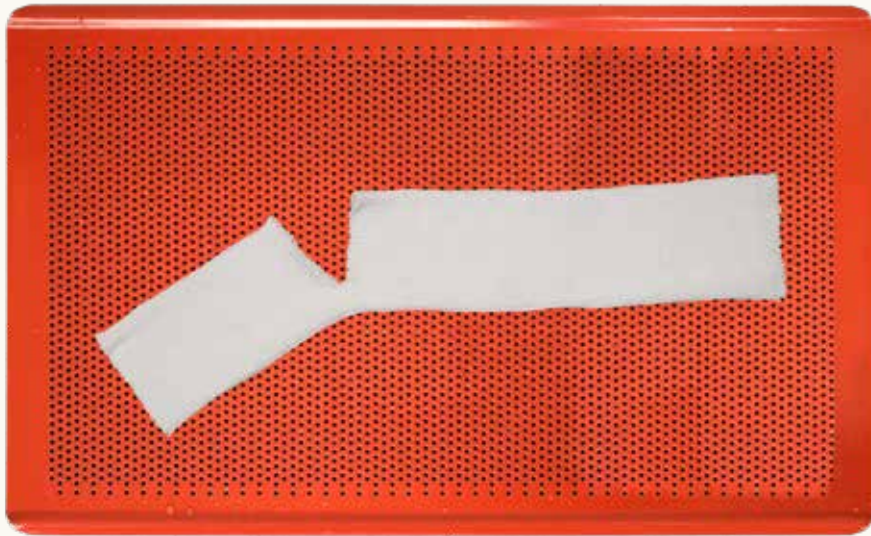


Vikle på vatten med 50% overlapping. Brett vatten ved albuen, snu og gå tilbake. På denne måten dekkes albuebenet med flere lag og det blir færre lag i albuebøyen.

# Tommelbase strømpe - kantstrømpe

Denne strømpen kan med fordel brukes på alle under- og helarmsgipser (skinner og sirkulære) hvor tommelen skal ha fri bevegelighet.

1



Strømpe størrelse 5. Klipp et spor i strømpen som avbildet.

2



Tre på strømpen så den sitter rundt håndleddet og opp over tommelen.

3



Brett strømpen først en gang så den ligger dobbelt over tommelen. Brett deretter en gang til og dra ned strømpen så den blir en fin kant rundt tommelbasen.

## Support for Better Life

Everyone should be able to live their life to the fullest, regardless of their mobility challenges. With innovative solutions developed in close collaboration with healthcare professionals and patients, we strive to provide Support for Better Life.



Sverige  
042-25 27 01  
info@camp.se  
camp.se

Danmark  
43 96 66 99  
info@camp.dk  
camp.dk

Finland  
09-350 76 30  
info@camp.fi  
camp.fi

Norge  
23 23 31 20  
info@camp.no  
camp.no