

مراقبت پس از گچ گیری

گچ یک وسیله سفت بی حرکت کننده خارجی است . هدف از قالب گچی ،بی حرکت کردن قسمتی از بدن در یک وضعیت اختصاصی و کاربرد و فشار یکسان به بافت نرم است .از قلب گچی بطور اختصاصی برای بی حرکت کردن شکستگی های جافته ، اصلاح تغییر شکلهای ، اعمال فشار یکنواخت برروی بافت نرم داخل قالب یا حمایت از مفاصل ضعیف استفاده میشود. گچ گیری با وجود بی حرکت کردن قسمتی از بدن ، مانع حرکت کلی بدن نمیشود.

نوع و ضخامت قالب گچی مورد استفاده به ضایعه مورد درمان بستگی دارد. قالبهای غیر گچی ، قالب فایبر گلاس نامیده میشود. فایبر گلاس دارای برخی مزایا نسبت به گچ میباشد چرا که این قالبها در صورت مرطوب شدن ، صدمه جدی به آنها وارد نمیشود. سبک وزن هستند و برای مدت طولانیتری قابل استفاده هستند. معمولاً در زیر قالب گچی از یک بانداژ نرم یا پنبه استفاده میشود.

مراقبت از اندام و قالب گچی :

* قالبهای گچی از از جنس گچ ۲ تا ۳ روز و قالبهای فایبرگلاس طی یک روز خشک میشوند.

* تازمانی که قالب گچی مرطوب است آن را برروی یک بالش سفت بدون روکش پلاستیکی قرار دهید تا از بد شکل شدن قالب جلوگیری نمایید.

* تا زمانی که گچ خشک میشود در زیر آن احساس گرما وجود دارد ولی اگر پس از خشک شدن قالب گچی در عضو گرما احساس شود میتواند علامت عفونت باشد و باید فوراً به پزشک مراجعه شود.

* از نوشتن و رنگی کردن گچ جدا" بپرهیزید.

* برای اینکه قالب گچی زودتر خشک شود میتوان از پنکه در فاصله ای مناسب از گچ استفاده کرد.

* جهت حمام رفتن یا بیرون رفتن در هوای بارانی باید قالب با کیسه پلاستیکی پوشانده شود.

* از وارد کردن وسایل تیز به قالب خودداری شود چون در صورت زخمی شدن احتمال عفونت بالا میرود.

* اندام گچ گیری شده را بالاتر از سطح قلب نگاه دارید.

* در صورت تورم اندام گچ گیری شده یا تغییر رنگ و کم شدن یا از بین رفتن حس اندام سریعاً" به پزشک خود مراجعه نمایید.

* بیمار دارای گچ پا تا ۴۸ ساعت پس از گچ گیری نباید راه برود مگر پزشک دستور دیگری دراین رابطه داشته باشد.

* ورزشهای تقویت عضلات اندام زیر گچ را بطور مرتب انجام دهید تا قدرت عضلانی اندام حفظ شود. مانند شل و سفت کردن عضلات ران و زانو و مچ و ...

* رژیم غذایی سرشار از کلسیم و ویتامین و پروتئین داشته باشید .

* روزانه حداقل ۳ لیتر مایعات بخصوص آب بنوشید. مگر اینکه محدودیت در مصرف مایعات داشته باشید.

* در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک مراجعه نمایید :

- ترک برداشتن ، سست شدن و یا گشاد شدن زیاد از حد قالب گچی

- زخم و درد زیر قالب گچی که با تغییر وضعیت دادن عضو تسکین نیابد.

- سردی انگشتان دست یا پا که پس از ۲۰ دقیقه پوشاندن گرم نشوند.

- افزایش تورم و بوی تعفن اطراف لبه های گچی

- سوزن سوزن شدن یا احساس سوزش

منبع : برونر سوارث ۲۰۱۸ . تایید شده توسط دکتر توحید صفایی متخصص ارتوپدی

واحد آموزش بیمار بیمارستان الغدير ابهر