



مراقبت پس از گچ گیری

گروه هدف : بیماران دارای شکستگی اندام



تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار مرکز
با نظارت دکتر صدیقی، متخصص ارتوپدی
بازبینی بهار ۱۴۰۳ - بازبینی مجدد ۳ سال بعد

• در صورت کاهش یافتن تورم و گشادشدن قالب گچی، ممکن است برای اطمینان از بی حرکت بودن استخوان های شکسته و جابجا نشدن آنها، نیاز باشد تا قالب گچی توسط پزشک تعویض شود.

موارد هشدار

۱. ترک برداشتن، سست شدن و یا گشادشدن زیاد از حد قالب گچی
۲. درد و زخم زیر قالب گچی که با تغییر وضعیت دادن عضو تسکین پیدا نمی کند،
۳. سردی انگشتان دست یا پا که پس از ۲۰ دقیقه پوشاندن، گرم نشوند،
۴. افزایش تورم، هر گونه شکستگی در قالب گچی،
۵. بوی تعفن اطراف لبه های گچی
۵. در صورت مشاهده موارد فوق پزشک را مطلع سازید.

منبع: <http://www.iranorthoped.ir>

داخلی و جراحی پرونر و سودا رث ۲۰۲۲

- برای پاک کردن لکه های روی قالب گچی، می توان از یک پارچه تمیز و مرطوب و پودرهای تمیز کننده استفاده نمود.
- ورزشهای تقویت عضلات اندام زیر گچ را به طور مرتب انجام دهید تا قدرت عضلانی حفظ شود. مانند شل و سفت کردن عضلات ران و زانو و مچ و...
- رژیم غذایی سرشار از کلسیم، ویتامین و پروتئین داشته باشید.
- روزانه حداقل ۳ لیتر مایعات به خصوص آب بنوشید.



قالب های گچی برای بی حرکت کردن بافت عضلانی و اسکلتی به دنبال تروما و یا جراحی استفاده می شوند.

- این قالب های گچی از گچ، پلاستیک و فایبرگلاس یا نوارهای گچی ساخته می شوند.

- فایبرگلاس دارای برخی مزایا نسبت به گچ می باشد چراکه این قالب ها در صورت مرطوب شدن، صدمه جدی به آنها وارد نمی شود، سبک وزن هستند و برای مدت طولانی تری قابل استفاده می باشند.

- بانداژ گچی که به صورت نواری و یا حلقه پیچیده شده در دسترس می باشد پس از فرو بردن در آب بر روی بخش آسیب دیده پیچیده می شود. این قالب به شکل عضو آسیب دیده خشک شده و فرم می گیرد. معمولاً در زیر قالب گچی از یک بانداژ نرم یا پنبه استفاده می شود تا گچ به طور مستقیم با پوست در تماس نباشد.



- قالبهای گچی از جنس گچ ۲ تا ۳ روز و قالبهای فایبرگلاس طی یک روز خشک می شوند.

- تا زمانی که قالب گچی مرطوب است، آن را بر روی یک بالش سفت بدون روکش پلاستیکی قرار دهید تا از بد شکل شدن قالب جلوگیری نمایید.

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

- از نوشتن یا رنگی کردن گچ جدا بپرهیزید.

- برای اینکه قالب گچی زودتر خشک شود، برای سرعت بخشیدن به خشک شدن گچ می توان پنکه را در فاصله ای مناسب از گچ قرار داد.

- برای خشک کردن قالب گچی نباید از لامپهای حرارتی استفاده کرد. چون باعث سوختگی پوست زیر قالب گچی شود.

- جهت حمام رفتن و یا بیرون رفتن در هوای بارانی چنانچه قالب گچی از جنس گچ باشد باید قالب با کیسه پلاستیکی پوشانده شود.

- از وارد کردن وسایل تیزی مانند تکه چوب یا قطعات پلاستیکی یا فلزی به زیر قالب گچ خودداری نمایید چون در صورت زخمی شدن پوست زیر قالب گچی احتمال عفونت وجود خواهد داشت.

- اندام گچ گیری شده را تا یک هفته 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 تا 48 ساعت پس از گچ گیری، نباید با پای دارای قالب گچی راه برود مگر پزشک دستور دیگری در این مورد داشته باشد.

- در صورتی که گچ دچار تغییر رنگ یا بوی بد شود پزشک خود را مطلع نمایید.