



راهنمای پرستاری حین ترخیص

مراقبت از قالب گچی



تهیه کننده: واحد آموزش — بخش اورژانس

تأیید کننده: مدیر گروه ارتوپدی

تاریخ تدوین: ۱۴۰۳/۶/۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۸/۶/۱

ویرایش: ۰۰

کد: ATH-ED/ED-142

منبع: کتاب ارتوپدی برونر-سودارث



طراحی و چاپ: روابط عمومی بیمارستان آتیه

آدرس: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دادمان

تلفن بیمارستان: ۸۲۷۲۱

فاکس بیمارستان: ۸۸۰۸۶۰۹۵

سایت بیمارستان: www.atiehhospital.ir

- هر نوع قرمزی و یا ترک خوردگی پوست
- بوی نامطبوع یا غیر طبیعی از گچ، تب بالا
- در صورتی که کودک (پس از گچ گیری) بی دلیل بهانه گیری می کند، احتمالاً مشکلی دارد و باید با پزشک یا پرستار تماس گرفت.

رژیم غذایی

- برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، رژیم غذایی پر پروتئین (سویا، لوبیا، مغزیجات، ماهی، گوشت کم چرب، فراورده های لبنی کم چرب)
- اگر بی حرکتی عضو طولانی است، برای جلوگیری از بروز افت کلسیم، غذاهای پر کلسیم (شیر و لبنیات) مصرف کنید، اما مصرف غذاهای پر کلسیم نباید آنقدر زیاد باشد که زمینه ی تشکیل سنگ های کلیوی را فراهم کند.
- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پر فیبر (میوه ها و سبزیجات)، حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.

فعالیت

- در گچ پا حین راه رفتن نباید وزن بدن را روی عضو مبتلا اعمال کرد و تا پزشکشان اجازه نداده است با پای گچ گرفته شده راه نروید.

مراقبت

- حین راه رفتن می توان گچ دست را با باند یا پارچه ای از گردن آویزان کرد اما نباید فشار زیادی روی اعصاب گردن وارد شود پس باید به فواصل استراحت کرده و دست را بالا نگه داشت و نیز گره پارچه نباید روی مهره های گردن بسته شود.
- برای جلوگیری از ورم انگشتان دست و پا آنها را حتماً تکان دهید و حتی الامکان قسمت گچ گرفته شده بالاتر از سطح بدن قرار گیرد.
- مفاصلی که در داخل گچ بیحرکت شده اند تا موقعی که در گچ هستند قابل حرکت نیستند ولی می توانید عضلات زیر گچ را بدون حرکت دادن مفاصل به طور مرتب منقبض و منبسط کنید تا جریان خون در عضو بهبود یافته و از لخته شدن خون و تورم اندام جلوگیری و مانع لاغر شدن عضلات داخل گچ شود.
- پای گچ گرفته شده را حداقل در ۲۴ ساعت اول و همینطور هنگام نشستن، روی یک بالش قرار دهید.

- گچ را خشک و تمیز نگه دارید و قبل از حمام کردن روی گچ را با ۲ پلاستیک یا کیسه ی پلاستیکی ضد آب بپوشانید و انتهای کیسه را گره بزنید و مواظب باشید گچ خیس نشود چون در این صورت باعث آسیب زدن پوست می شود و اگر خیس شد با ششوار خشک کنید و پس از خشک کردن نباید زیر گچ مرطوب باشد.
- پوست لبه های گچ را به دقت از نظر هر گونه قرمزی بررسی کنید. زیر قسمت های لبه را با یک پارچه ی نرم یا پنبه بپوشانید هرگز پوست زیر گچ را با پماد، کرم، لوسیون و یا هر ماده ی دیگری چرب نکنید.
- پوست زیر گچ را نخارانید. هرگز وسیله ای برای خاراندن پوست زیر گچ وارد نکنید. می توانید با گرفتن ششوار سرد از لبه های قالب به داخل آن خارش را کم کنید.
- مواظب باشید وسایل کوچک زیر گچتان نیفتد.
- در انگشتان دستی که گچ گیری شده است انگشتان نکنید. انگشتان دست یا پای گچ گرفته را با دستکش یا جوراب بپوشانید تا گرم بماند.
- در صورت شکسته شدن قالب خودتان اقدام به اصلاح آن نکنید و به پزشک مراجعه نمایید.
- ممکن است به هنگام گچ گیری صداها و احساسات مختلفی را تجربه کنید، مثل احساس گرما به هنگام سفت شدن گچ که این امر طبیعی است.
- روی قالب هیچ پوششی قرار ندهید تا سریعتر خشک شود، به خاطر داشته باشید اگر گچ کاملاً خشک نشود استحکام لازم را ندارد.
- گچ فایبر گلاس بلافاصله بعد از گچ گیری خشک میشود، وزن سبک دارند و ضد آب هست گچ معمولاً در عرض ۲۴-۴۸ ساعت خشک می شود.
- مراقب باشید گچ مرطوب روی سطوح خیلی سفت یا لبه های تیز قرار نگیرد، گچ بعد از خشک شدن سفید و براق به نظر می رسد.

- انگشتان اندام در گچ را از نظر رنگ، حس، حرکت و گرمی عضو کنترل کنید چون نشانه خونرسانی و سلامت عصبی اندام است.
- عضو گچ گرفته را بی حرکت کرده و با بالش و یا پتو بالاتر از سطح قلب قرار دهید تا باعث پیشگیری از ورم، درد و قطع خونرسانی شود.
- ورم خفیف در روز اول گچ گیری طبیعی است.

داروها

- در صورت داشتن درد طبق دستور پزشک مسکن مصرف کنید.
- در صورت تجویز آنتی بیوتیک دوره آن را کامل کنید.



علائم هشدار

- در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک معالج یا بیمارستان مراجعه نمایید.
- درد شدید در اندام های صدمه دیده که با ضد درد های معمولی تسکین نیابد.
- کبودی اندام و گزگز و احساس بی حسی انتهای اندام و سردی در انتهای عضو گچ گرفته شده
- هر گونه ترک، شکستگی یا نرمی در گچ