

上石膏照護注意事項

一、上石膏的目的：

當肢體骨折或肌腱、韌帶受傷時，藉由石膏來固定受傷的肢體。

二、上石膏後的注意事項：

1. 上石膏後 10~15 分鐘，會有發熱的感覺為正常現象；在石膏未乾燥前（約 24~48 小時才完全乾燥），避免壓迫石膏，也勿下床或負重以免石膏變形。
2. 保持石膏清潔、乾燥、避免石膏潮濕，且勿與硬物撞擊。
3. 如不小心弄濕時，可用吹風機冷風吹乾，切勿自行拆除。
4. 上肢石膏固定，用前臂吊帶支托整個手臂並高於心臟；下肢石膏固定可用枕頭墊高肢體並高於心臟，有助於血液循環、減輕腫脹及疼痛。
5. 上肢打石膏，下床時需穿戴前臂吊帶，以支撐受傷的肢體並預防腫脹。
6. 下肢打石膏，下床時需穿石膏鞋，以保持石膏清潔，並用助行器或拐杖行走以防跌倒。
7. 下肢打石膏下床時可能會有充血腫脹感，應慢慢增加下床時間，且休息時抬高體以減輕腫脹。
8. 石膏內皮膚癢時，勿試著插入任何東西到石膏裡面抓癢，尤其是有縫合傷口部位，可用雙手輕拍石膏表面，或用吹風機冷風潮石膏內吹。
9. 露於石膏外手指、腳指，應經常活動，以助血循環減少腫脹，避免關節僵硬及肌肉萎縮。
10. 每日清潔石膏邊緣的皮膚（或未覆蓋的皮膚）。
11. 上石膏的肢體，如有感覺麻木、脈搏消失、肢體冰冷、持續性疼痛、腫脹、發紺（發青或發黑）甚至感到有臭味或滲出液流出時，請立即返院就醫。
12. 石膏固定時間，依年齡、骨折部位、骨折情形而時間不一，應按醫師囑咐定期到骨科門診追蹤，切勿自行拆除。
13. 石膏拆除後可能會有關節僵硬情形，可漸進式的增加關節活動。