



## مراقبت پس از گچ گیری

تهیه کننده: رضا رادمنش - تاریخ تدوین: ۱۳۹۶/۴/۱۰ - تاریخ بازنگری: ۰

ویراست علمی: سوپروایزر آموزشی، سوپروایزر آموزش سلامت

### موارد هشدار دهنده:

- در صورت ترک برداشتن، سست شدن و یا گشاد شدن زیاد از حد قالب گچی
- درد و زخم زیر قالب گچی که با تغییر وضعیت دادن عضو تسکین پیدا نمی کند.
- سردی انگشتان دست و پا که پس از ۲۰ دقیقه پوشاندن گرم نشوند.
- افزایش تورم
- سوزن سوزن شدن یا احساس سوزش
- بوی تعفن اطراف لبه های گچی
- هر گونه شکستگی در قالب گچی

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات:

۰۵۱۵۷۲۲۶۸۲۵

داخلی: ۱۷۷۷

- ✓ برای پاک کردن لکه های روی قالب گچی، می توان از یک پارچه تمیز و مرطوب و پودرهای تمیزکننده استفاده نمود.
- ✓ ورزشهای تقویت عضلات اندام زیر گچ را به طور 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 به خصوص آب بنوشید.
- ✓ در صورت کاهش یافتن تورم و گشاد شدن 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.



**قالب های گچ** برای بی حرکت کردن بافت عضلانی و اسکلتی به دنبال تروما و یا جراحی استفاده می شود. این قالب های گچی از گچ پلاستیک و فایبرگلاس یا نوارهای گچی ساخته می شود.

فایبر گلاس دارای برخی مزایا نسبت به گچ می باشند چرا که این قالب ها در صورت مرطوب شدن صدمه جدی به آن ها وارد نمی شود، سبک وزن هستند و برای مدت طولانی تری استفاده می شود.

بانداز گچی که به صورت نواری و یا حلقه پیچ 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.



### مراقبت از قالب گچی

✓ قالب های گچی از جنس گچ ۲ تا ۳ روز و قالب های 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 جداً بپرهیزید.

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

✓ برای خشک کردن قالب گچی نباید از لامپ های حرارتی استفاده کرد، چون ممکن است 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 گچی 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 مراجعه شود.

✓ بیمار تا ۴۸ ساعت پس از گچ گیری ، با پای دارای قالب گچی نباید راه برود مگر پزشک دستور دیگری در این رابطه داشته باشد.

✓ در صورتی که گچ دچار تغییر رنگ یا بوی بد گردد سریعاً به پزشک خود را مطلع نمایید .