



آسیب به استخوان و بافت های جانبی آن، در برخی موارد، نیازمند به گچ گیری می باشد. جهت کمک به درمان بهتر و پیشگیری از عوارض گچ گیری، توجه به نکات زیر ضروری است:

* درد، تورم، محدودیت حرکت و ناتوانی در انجام حرکات طبیعی شکستگی هاست.

* اندام گچ گیری شده باید بالاتر از سطح بدن شما قرار گیرد تا دچار تورم و درد نشود.

* در صورتی که زیر اندام گچ گیری شده، زخم و یابخیه وجود دارد، باید در همان قسمت دریچه باز شده و روزانه پانسمان آن تعویض شود تا دچار عفونت نشود.

* چنانچه اندام گچ گیری شده

دچار تورم، تغییر رنگ، تیره و کبود شدن، گزگز و بی

حسی گردید بلافاصله به بیمارستان مراجعه نمایید.

* قسمت هایی از اندام که بیرون از گچ است را باید مرتب حرکت دهید تا دچار خشکی اندام نشود.



* جهت جلوگیری از تحلیل رفتن عضلات در ناحیه گچ گرفته شده، روزی چند بار عضلات را سفت و شل کنید. اگر ساعد یا بازو در گچ است، برای چند لحظه دست خود را مشت کرده و بفشارید و مرتب با انگشتان بازی کنید.

* به اندازه ای که پزشک اجازه میدهد، فعالیت را شروع کنید و بیشتر از حد مجاز از اندام گچ گرفته شده استفاده نکنید.

* جهت جلوگیری از بروز زخم، لبه های تیز گچ را با پنبه پوشش دهید.

* پوست زیر گچ را نکشید چون باعث شکستگی و آسیب دیدگی پوست می شود.

* جهت خاراندن پوست از هیچ وسیله نوک تیز استفاده ننمایید، چون باعث ایجاد زخم و عفونت در زیر گچ می شود.

* در صورت شکسته شدن گچ، خودتان اقدام به ترمیم آن نکنید، بلکه به پزشک مراجعه نمایید. در غیر این صورت مسئولیت ایجاد عوارض و بد جوش خوردن استخوان به عهده خودتان می باشد.

* چنانچه از اندام گچ گیری شده بوی بدی احساس کردید بلافاصله مراجعه نمایید.

* بیمارانی که به بیماری قند مبتلا هستند باید بیش از سایرین مراقب ابتلا به عفونت و ایجاد زخم در زیر اندام گچ گرفته باشند و به همین منظور باید مرتب اندام گچ گرفته را کنترل نموده و چنانچه احساس سوزش یا خارش نموده یا بوی بدی از عضو استشمام نمودند، به بیمارستان مراجعه نمایند.

* ممکن است بعضی از شکستگیها بعد از یک تا دو هفته دچار جابجایی شده و نیاز به عمل پیدا کنند به همین دلیل یک تا دو هفته بعد مجدداً از عضو شکسته شده عکسبرداری می شود.

در مانها می باشد .

منابع :

1- اصول شکستگی ها ، تالیف بهادر اعلمی هرندی

incidence and etiology of unplanned cast changes
for fracture j0urnal

distal forearm-reduction&fixation-cast-as surgery
reference

2018-brunner & sudarth



مراقبت از گچ

عنوان	مراقبت از گچ
تهیه کننده	معصومه اکبری سارویی
سمت	سر پرستار
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	زمستان 1401
ناظر کیفی	واحد آموزش
مسئول علمی بخش :	دکتر وزانی



مراقبت بعد از برداشتن گچ

* تا چند روز عضو را بالا نگه دارید تا از ورم عضو پیشگیری شود .

* پوست قسمتی که زیر گچ بوده حالت خشک و پوسته پوسته پیدا می کند ، پوست را به آرامی با آب ولرم و بدون صابون بشوئید و سپس با نرم کننده ، آن را نرم کنید .

* در صورت بروز تغییر وضعیت در عضو و یا درد در آن ، به پزشک مراجعه کنید .

* بعد از باز کردن گچ بلافاصله نرمش و ورزشهای توصیه شده را شروع کنید تا اندام گچ گیری شده از حالت خشکی و سفتی خارج شود .

* بعد از باز کردن گچ ، آب درمانی از قبیل استخر و استفاده مرتب از دوش آب یکی از بهترین



* مدت زمان در گچ بودن اندام شما را پزشک تعیین می نماید . به هیچ وجه بدون اجازه پزشک گچ را باز نکرده و تغییر ندهید .

* در موعد مقرر که به شما توصیه می شود جهت معاینه و عکسبرداری مراجعه نمایید . در صورت عدم مراجعه شما ممکن است دچار مشکلات غیر قابل جبران شوید که مسئولیت این امر به عهده ی خودتان می باشد .

* عضوی که دچار شکستگی یا کشیدگی رباط می گردد ، بعد از باز کردن گچ نیز به مدت چند ماه نیاز به مراقبت دارد تا کم کم حالت طبیعی خود را پیدا نماید بنابراین بعد از باز نمودن گچ مقداری درد ، تورم و محدودیت حرکت دارید که به مرور زمان بر طرف می شود .

