



بیمارستان هشمتیه حسینان نایین

مراقبت از اندام گچ گیری شده «۲» اطلاعات تکمیلی برای گچ های بزرگ تر



واحد آموزش به بیمار

تابستان ۱۳۹۳

باز نگری ۱۳۹۵

کد پمفلت: ۳۱/ب/۹۳

- ❖ تغییر رنگ غیرطبیعی (کبودی - رنگ پریدگی) یا سردی انگشتان
- ❖ احساس بی حسی / خواب رفتن / گزگز کردن انگشتان
- ❖ بروز زخم یا خراش یا تاول در پوست زیر یا اطراف گچ
- ❖ استعمال بوی بد یا خروج ترشح (آبکی/چرکی/خونی) از زیر گچ
- ❖ بروز تب یا تنگی نفس یا تغییر وضعیت هوشیاری (گیجی، خواب آلودگی) یا تپش قلب
- ❖ شکستن یا ترک خوردن یا سوراخ شدن گچ
- ❖ خروج یا تغییر شکل یا به هم ریختگی لایه ی پنبه ای داخل گچ

منبع: دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس

❖ آدرس سایت بیمارستان هشمتیه نایین

❖ <http://heshmatieh.mui.ac.ir>

واحد آموزش به بیمار روزهای یکشنبه و سه شنبه شماره تماس : ۶۳-۶۶۲۵۹۰۶۱-۶۲ داخلی ۳۰۲

۵

- ❖ به هیچ وجه پنبه های داخل گچ را خارج نکنید.
 - ❖ از هرگونه ورزش و رانندگی با گچ و آتل خودداری کنید.
 - ❖ آتل را نزدیک منابع حرارتی (شعله، بخاری، نورآفتاب مستقیم) قرار ندهید.
 - ❖ در رژیم غذایی خود از اضافه وزن و بروز چاقی ناگهانی جلوگیری کنید.
 - ❖ هرگز بر روی گچ راه نروید و از عصا استفاده کنید.
- در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

❖ تشدید درد یا بروز درد شدید و مداوم که به مسکن های معمولی (حداکثر ۲ نوبت استفاده) پاسخ ندهد.

❖ تشدید یا تداوم تورم که با بالا نگاه داشتن و کمپرس سرد بهبود نیافته و احساس تنگی و فشار دائمی گچ بر روی اندام شود.

۴

گج / آتل ← یک پوشش محافظ سخت و

محکم است که بر روی یک لایه نرم پنبه قرار گرفته و کاملاً شکل اندام را به خود می گیرد.

گاهی به علت وجود تورم شدید اولیه، در ابتدا آتل بندی انجام شده و پس از چند روز با کاهش تورم اندام، گج گیری انجام می شود.

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید:

۱- زمان خشک شدن گج به نوع آن بستگی دارد.

گج های معمولی (پودری) معمولاً ۴۸-۲۴ ساعت و گج های فایبرگلاس (شبیبه پلاستیک) ۱۲-۲ ساعت بعد کاملاً خشک می شوند.

۲- تا زمان خشک شدن کامل طبق موارد بالا، هرگونه راه رفتن، تکیه کردن یا ایجاد فشار بر روی گج کاملاً خودداری کنید، چرا که باعث فشار بر روی لایه های عمقی گج و عدم کارایی آن شده و میزان فشار وارد بر اندام و تعادل آن بر هم می خورد که می تواند باعث آسیب بیشتر و تغییر شکل استخوان شود.

۳- به هیچ وجه گج را خیس یا مرطوب نکنید.

۴- پیش از حمام کردن مواظب باشید آب به داخل گج و روی آن نرود روش آن در پمفلت قبلی توضیح داده شد.

۵- از شنا کردن و یا تماس گج با باران و برف و یخ خودداری کنید.

۶- در صورتیکه گج به هر علتی خیس شد، می توانید آن را با جریان هوا بوسیله ی سشوار (دستگاه خشک کن مو) خشک کنید. دقت کنید از باد خنک استفاده شود.

۷- اندام آسیب دیده پس از گج گرفتن دچار تورم خفیف می شود که باید ۴۸ ساعت بعد از گج گیری اندام بالاتر از قلب قرار گیرد.

۸- برای بهبودی جریان خون، در روزهای اول هر ۱-۰/۵ ساعت چندبار انگشتان خود را تکان دهید و خم و راست کنید.

عضلات اندام خود را روزانه چندین بار منقبض کنید تا دچار ضعف شدید نشوید.

روزانه انگشتان خود را از نظر رنگ و دما بررسی کنید و مطمئن شوید که دچار کبودی، رنگ پریدگی یا

۹- احساس خارش خفیف در پوست زیر گج یک عارضه شایع است، در صورت بروز خارش هرگز هیچگونه جسم یا وسیله ای را جهت خارش وارد گج نکنید.

جهت کسب بهترین نتیجه به نکات زیر توجه کنید:

۱- گج و آتل خود را تمیز نگه دارید و از ورود هرگونه آلودگی به داخل آن خودداری کنید و هنگام غذاخوردن روی آن را بپوشانید.

۲- بهداشت قسمتهای خارج گج را رعایت کنید، ناخن ها را کوتاه نگه دارید و روزانه چندین بار از ژل ها یا محلول های ضدعفونی کننده که نیاز به شستشو با آب ندارند استفاده کنید.

۳- از هرگونه پودر بچه، کرم، لوسیون، روغن و عطر بر روی پوست اطراف گج یا داخل آن خودداری کنید چون داخل گج جمع شده باعث آلودگی و عفونت می شود.