



یازدهمین جشنواره همایشان

گچ و آتل چه کمکی به بیماران می کند؟ مراقبت از اندام گچ گیری شده (۱)



واحد آموزش به بیمار

تابستان ۱۳۹۳

باز نگری ۱۳۹۵

کد پمفلت: ۳۰/ب/۹۳

✓ چنانچه برای شما آتل گیری انجام شده است از بازکردن مداوم و دلخواه آن خودداری کنید. آتل خود را همواره بسته نگه دارید مگر آنکه پزشک هنگام ترخیص اجازه ی باز کردن آن را در مواقع خاص مانند شب ها یا خواب یا حمام داده باشد.

✓ با تب گیر روزانه دمای بدن خود را کنترل کنید.

✓ گچ را دور از منابع حرارتی نگه دارید.

✓ از وارد کردن ضربه های سخت و سنگین خودداری کنید.

منبع: کتاب پرستاری برونر و سودارث - دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس (دیتا)

❖ آدرس سایت یازدهمین جشنواره همایشان

❖ <http://heshmatieh.mui.ac.ir>

واحد آموزش به بیمار روزهای یکشنبه و سه شنبه شماره تماس: ۰۲۱-۶۶۲۵۹۰۶۱ داخلی ۳۰۲

✓ در روزهای اول در صورت درد به علت آسیب به بافت ها طبق تجویز پزشک از مسکن استفاده کنید.

✓ در روزهای اول برای کم کردن درد از کمپرس

سرد و کیسه یخ استفاده کنید. دقت کنید گچ خیس

نشود و این کار متناوب انجام شود.

✓ احساس خارش خفیف در پوست زیر گچ یک

عارضه ی شایع است. در صورت بروز این مشکل

هرگز هیچ جسم یا وسیله ای را جهت خارش وارد

نکنید چون باعث زخمی شدن و آسیب پوست

خواهد شد.



در چه مواقعی گچ و آتل استفاده می شود؟

هدف اصلی استفاده از گچ یا آتل، حمایت از استخوان

آسیب دیده، مفصل صدمه دیده و دیگر بافت های اندام است.

آنها درد و تورم اندام را کاهش داده و موجب کم شدن اسپاسم عضلات می شوند. بیشترین مورد استفاده گچ و آتل در درمان پیچ خوردگی مفاصل و بیحرکت کردن شکستگی ها است.

آتل در واقع یک گچ نصفه است، بنابراین در اندامی که احتمال دارد تورم پیدا کند یا تورم آن بیشتر شود از آن

استفاده می شود.



هم آتل و هم گچ گیری باید طول کافی را داشته باشد. این طول باید به اندازه ای باشد که بتواند یک مفصل را بالای محل شکستگی و یک مفصل را در پایین محل شکستگی بیحرکت نگه دارد. تورم پا بعد از گچ گیری به اندام فشار می آورد پس:

برای جلوگیری از تورم اندام بدنبال گچ گیری پا چه کارهایی باید انجام داد؟

✓ باید در چند روز اول بعد از گچ گیری دراز کشیده و یک یا چند بالشت زیر اندام طوری قرارداد که ساق یا ساعد بالاتر از سطح قلب بیمار قرار بگیرد. با این کار خون و مایعات از اندام به طرف قلب بازگشت کرده و تورم کم می شود. در صورت ایجاد تورم هم می توان با این اقدام تورم را کم کرد.

✓ انگشتان دست یا پای شکسته شده را مکرراً حرکت بدهید.

✓ تا زمان خشک شدن کامل از هرگونه راه رفتن، تکیه کردن یا ایجاد فشار بر روی گچ کاملاً خودداری کنید.

✓ به هیچ وجه گچ را خیس و مرطوب نکنید.

✓ پیش از حمام کردن یک حوله به دور لبه ی بالای گچ ببیچید (به هیچ وجه آنرا داخل فضای گچ نکنید). سپس یک روکش پلاستیکی را کاملاً روی گچ کشیده و انتهای آن را مانند یک کیسه محکم ببندید و در هنگام حمام کردن اندام گچ گرفته را از جریان آب دور نگه دارید.

✓ از شنا کردن و تماس گچ با باران و برف و یخ خودداری کنید.

✓ برای بهبود جریان خون هر ۱-۵+ ساعت چند بار انگشتان خود را تکان دهید و خم و راست کنید.