

## بیماران میداشهدا(ع) فارسان



## مراقبت از قالب گچی

### بیمار گرامی:

**پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می باشد.**

**تهیه و تنظیم: سوپر وایزر آموزش سلامت  
با همکاری: سوپر وایزر آموزش کارکنان  
تاریخ بازنگری: خرداد ۱۴۰۲**

**کد پمفلت: CACP-IQF179**

✓ جهت پیشگیری از ضعیف شدن عضلات در گچ و برای خورسانی بهتر، هر ساعت یکبار عضلات را ۵ تا ۱۰ ثانیه سفت و سپس شل کنید و انگشتان عضو را باز و بسته کنید.

✓ در صورت بروز هر یک از مشکلات زیر سریع به مرکز درمانی مراجعه فرمایید:

۱. درد شدید
۲. تورمی که با بالا نگه داشتن رفع نشود
۳. تغییر در حس اندام
۴. ناتوانی در حرکت دادن انگشتان
۵. تغییر رنگ و دمای پوست
۶. وجود بوی نامطبوع در قالب گچی
۷. شکستگی قالب گچی

**منابع: پرستاری داخلی جراحی برونر و سودارث**

**با آرزوی بهبودی و سلامت روز افزون**

**تلفن: ۳-۳۳۲۲۷۳۳۱**

✓ اگر دست شما گچ گرفته شده است، از فعالیت زیاد دست آسیب دیده خودداری کنید و از دست سالم جهت انجام کارهای خود استفاده کنید.

✓ برای کاهش درد و تورم، بازوی گچ گرفته را بالاتر از سطح قلب قرار دهید و موقع راه رفتن دست را با یک پارچه به گردن بیاویزید.



✓ اگر پای شما گچ گرفته شده است، پس از اینکه گچ کاملا خشک شد، با اجازه پزشک روی اندام فشار وارد کنید و راه بروید.

✓ جابجایی و راه رفتن با عصا یا واکر را از پزشک معالج یاد بگیرید و در فعالیت های عادی و روزمره شرکت کنید.

✓ از راه رفتن روی سطح خیس و لغزنده خودداری کنید.

✓ تمام مفاصل و اندام های سالم را ورزش دهید تا ضعیف نشوند.

## از اندامی که گچ گیری شده چگونه باید مراقبت کنیم؟

- ✓ برای جلوگیری از ورم کردن اندام، عضو داخل گچ را هنگام استراحت بالاتر از قلب قرار دهید.



- ✓ از خاراندن پوست زیر گچ خودداری کنید چون باعث ایجاد خراش و زخم در پوست می شود. با کمک هوای سرد سشوار می توان خارش پوست را برطرف کرد.

- ✓ لبه های نا صاف قالب گچی را با نوار پارچه ای ببوشانید.

- ✓ تا زمان خشک شدن قالب گچی هرگز آنرا با پوشش پلاستیکی یا پارچه نبوشانید. تعریق و مرطوب شدن گچ باعث تغییر شکل و ایجاد فشار روی پوست می شود.

معمولا ۲۴ تا ۷۲ ساعت طول می کشد تا قالب گچی کاملا خشک شود. قالب گچی تازه را برای خشک شدن در معرض هوا قرار دهید، نباید آن را با لباس و یا ملحفه ببوشانید. قالب گچی تازه را نباید روی سطح سفت یا لبه تیز قرار دهید. رنگ قالب گچی مرطوب، خاکستری و کدر است و بوی کپک می دهد، در مقابل قالب گچی خشک، سفید رنگ و درخشان و بدون بو است.

### ۲- قالب غیر گچی:

قالب های فیبرگلاس سبک تر، محکم تر و با دوام تر از گچ هستند. این قالب ها نسبت به رطوبت مقاوم ترند و عوارض پوستی در آنها کمتر است و با کمک هوای سرد سشوار سریع کاملا خشک می شوند.



هدف از کاربرد قالب گچی بی حرکت کردن قسمتی از بدن در یک وضعیت خاص است. از قالب گچی برای بی حرکت کردن شکستگی ها، اصلاح تغییر شکل ها و حمایت از مفاصل ضعیف استفاده می شود. معمولا مفاصل بالا و پایی قسمت آسیب دیده نیز باید بی حرکت شوند.

انواع قالب های مورد استفاده دو نوع است:

### ۱- قالب گچی:

باند های گچی را در آب خیس می کنند تا برای شکل گیری آماده شوند. در حین گچ گیری ممکن است احساس گرما کنید. بعد از گچ گیری تا زمانی که گچ کاملا خشک نشده، نباید فشاری بر روی آن وارد شود چون باعث فرو رفتگی می شود و به پوست زیر گچ فشار وارد می کند. بنابراین هنگام بلند کردن و جابجا کردن قالب گچی بهتر است از کف دست استفاده کنید.

