

## 石膏固定病人的護理指導

1. 將患肢墊高，有助血液循環，減少腫脹及疼痛。
2. 露出石膏外之患肢應行主動運動，可促進血液循環、減少腫脹、並預防關節僵硬及肌肉萎縮。
3. 依醫師指示給予冰敷，減輕腫脹。
4. 打石膏的患肢勿行走、提重物或產生碰撞。
5. 如發生以下問題，應立即就醫：
  - (1) 患肢末端冰冷、麻木或無感覺。
  - (2) 患肢末端膚色改變，如蒼白、發紫等。
  - (3) 患肢出現腫脹或持續性劇痛。
  - (4) 石膏內肢體感覺不適或石膏出現龜裂。
  - (5) 發燒不退。
  - (6) 有任何臭味及滲出液從石膏內溢出。
7. 保持石膏肢體上清潔、乾燥，不可覆蓋床單或衣物，並請勿自行移除石膏。
8. 石膏邊緣皮膚可用乳液擦拭避免乾裂。
9. 石膏固定之時間不一，應遵照醫師指示至門診拆除。
10. 石膏內的肢體搔癢時，可用吹風機的冷風吹向石膏內裡或局部冰敷患肢外側以減輕不適，切忌勿試著插入任何東西到石膏內抓癢，避免抓傷造成感染。
11. 洗澡時需在石膏外套塑膠袋保護，避免石膏潮濕。
12. 石膏拆除後，應儘可能練習患肢關節的活動，以避免關節僵直。
13. 採均衡飲食，包括足夠熱量、蛋白質、維生素 B、C、D 及鈣質等，使骨折處恢復更加完整且快速。
14. 依醫師指示定期返院做門診複查。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康