

اقدامات پیش گیری از عوارض :

۱- ادم

* جهت جلوگیری از ایجاد ادم که یکی از عوارض گچ گرفتگی است اقدامات زیر را انجام دهید :

⇒ ورزش مفاصل بالا و پایین محل گچ .

⇒ بالاتر نگه داشتن منطقه نسبت به قلب برای جلوگیری از ادم توصیه می شود .

⇒ استفاده از کیسه یخ برای جلوگیری از تورم .

⇒ در صورت نیاز استفاده از مسهل توصیه می شود .

۲- بیبوست

* بیبوست یکی از عوارض گچ گرفتگی اندام تحتانی به دلیل بی تحرکی است . جهت جلوگیری و درمان بیبوست اقدامات زیر توصیه می شود .

⇒ استفاده از رژیم پرفیبر ، آب و تحرک تا حد امکان توصیه می شود .

⇒ مصرف مایعات ترجیحاً آب . افزایش مصرف مایعات تا ۳۰۰۰ - ۲۰۰۰ سی سی هر روز توصیه می شود .

نکته : جهت تسریع در خشک شدن گچ ، دور گچ پوشانده نشود تا هوا جریان داشته باشد . در طول مدتی که اندام شما در گچ قرار دارد اگر تصادفاً گچ شما خیس شد جهت خشک کردن آن فوراً از چراغ مطالعه و یا سشوار استفاده کنید و به پزشک نیز مراجعه نمایید . چون شاید نیاز به تعویض گچ باشد .



مراقبت پوست زیر گچ :

معاینه مرتب پوست از نظر تحریک انجام شود . پوشاندن لبه بانداژ با یک چسب نواری یا نرم برای کاهش تحریک پوست توصیه می شود . هیچ گونه شیء در داخل گچ وارد نکنید . چنانچه احساس خارش ایجاد شده است دمیدن هوای خنک به درون گچ توصیه می شود . در صورت بر طرف نشدن خارش به پزشک مراجعه کنید . هر گونه ترک یا شکستگی در گچ ، به پزشک گزارش شود . از خیس یا مرطوب شدن گچ پرهیز کنید . از سفت بستن کاور یا پوشش گچ پرهیز نمایید .

آتلها و گچ ها از استخوانهای آسیب دیده و بافت نرم حمایت و محافظت می کنند. و درد و التهاب و گرفتگی عضله را کاهش می دهند . پزشک تصمیم می گیرد که با توجه به مشکلی که برای شما ایجاد شده از آتل و یا گچ استفاده شود . ۲ نوع گچ وجود دارد یک نوع همان گچ معمولی و نوع دیگر گچ فایبر گلاس می باشد . گچ فایبر گلاس از نظر وزنی سبک تر می باشد و ضد آب است .

نحوه مراقبت از گچ تازه (خیس):

اجازه دهید هوا در اطراف گچ جریان داشته باشد . بانداژ را روی یک بالش حمایت کنید و برای کمک در تسریع خشک شدن و جذب مواد فاصله ای بین بالش و گچ ایجاد کنید تا هوا در فاصله بالش و گچ جریان داشته باشد . به بانداژ نو با هیچ وسیله ای تا ۴۸ ساعت فشار وارد نکنید . در صورت تجویز پزشک تا ۲۴ ساعت اول برای کاهش درد و التهاب یک کیسه یخ روی بانداژ قرار دهید . انتظار می رود تا خشک شدن بانداژ در اندام مربوطه گرما احساس شود .



بیمارستان فرمانیه

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

نحوه مراقبت از گچ



تاریخ تدوین : بهار ۹۰
تاریخ بازنگری : ۱۴۰۰
تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۳

Code : FH-Pam:9-22

ب (آسیب عصبی : * افزایش درد موضعی * بی حسی * سوزش و سوزن سوزن شدن * احساس یک فشار عمیق * سستی یا فلج که قبلاً وجود نداشته است .

ج (عفونت : * استشمام بوی کپک زدگی از گچ * گرمای موضعی یا احساس حرارت از گچ * درد * نشت مایع زیر بانداژ .

پیگیر مراجعه بعدی خود به پزشک باشید .

با آرزوی سلامتی و موفقیت برای شما

۴- زخم فشاری و تحریک پوست :

بستن بانداژ با تکه ای نوار و تغییر وضعیت به طور متناوب جهت جلوگیری از زخم فشاری و تحریک پوست توصیه می شود .

مراحل و نشانه هایی که باید فوراً گزارش شود :

الف (اختلال در خون رسانی : در صورت داشتن علائم و نشانه های ذیل حتماً با پزشک معالج تماس گرفته شود ::

عدم نبض * پوست سرد و رنگ پریده * تورم زیاد * گرفتگی * سوزش * سوزن سوزن شدن

نکته : نبض بالای محل گچ گرفته (توسط فرد

مجرب ، پزشک یا پرستار) کنترل شود.