



مراقب از گچ :

هدف از گچ گیری بیحرکت نگهداشتن استخوان و بافت‌های اطراف آن است، این حالت باعث بهبودی سریع تروسمال ترمیشود .

عوارض گچ گیری:

- زخم فشاری
- ضعیف شدن عضلات
- سندرم کمپارتمان یا فشاری (زمانی که عضو در فضای در بسته گچ قرار میگیرد اتفاق می افتد).

نحوه ی مراقبت از گچ:

گچ های معمولی در زمان خشک شدن گرم می شوند؛ لذا از انداختن پتو یا روانداز بر روی عضو گچ گرفته به مدت ۲-۳ روز خودداری کنید؛ تا گچ در هوای آزاد خشک شود.

برای جلوگیری از زخم یا تحریک پوستی؛ زیر قالب گچی پنبه استفاده می شود. در صورت مشاهده قرمزی؛ پرستار را در جریان بگذارید.

در صورت بروز خارش با هوای سرد سشوار خارش برطرف می شود.

فعالیت:

- توصیه می شود با منقبض کردن عضلات اندام داخل گچ؛ بدون حرکت دادن اندام داخل قالب گچی؛ به حفظ قدرت عضلات و جلوگیری از تحلیل عضلانی کمک کنید.
- از وسایل کمک حرکتی مانند عصا و واکر استفاده کنید. به نحوی که وزن بیمار روی اندام عمل شده نباشد.
- برای جلوگیری از تورم؛ اندام گچ گرفته بالاتر از سطح قلب قرار گیرد.

تغذیه :

واحد آموزش

سلامت

- رژیم غذایی معمولی می باشد.
- جهت پیشگیری از یبوست از سبزیجات؛ میوه و مایعات فراوان استفاده کنید.
- افزایش و یا کاهش وزن در بیماران دارای قالب گچی باعث بر هم زدن تناسب گچ با عضو می گردد.

استحمام:

- در صورتی که آب به موضع گچ گرفته شده نرسد بلا مانع است.

توجه: در این بیمارستان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ صبح در صورت نیاز می توانید به واحد آموزش به بیمار مراجعه فرمایید. تلفن: ۳۲۲۹۱۰۷۱



راهنمای مراقبت از اندام گچ گرفته



تهیه و تنظیم:

واحد آموزشی به بیمار

کد پمفلت: ۱.Pa.P-E۳۸.AH

سایت مرکز: www.amiralmomeninhospital.com

بازنگری: بهار ۱۴۰۴

برداشتن گچ:

- ✓ برای برداشتن گچ از وسیله ای به نام اره گچ بری استفاده میکنند .
- ✓ این وسیله سروصدای زیادی دارد ولی نمیتواند پوست شمارا ببرد.
- ✓ در حین بریدن گچ، عضو گچ گرفته را بی حرکت نگهدارید.
- ✓ بعد از برداشتن گچ شوره و پوسته های زیادی در سطح اندام گچ گرفته است این پوسته ها را به زور جدا نکنید .
- ✓ عضورا با آب گرم و صابون شسته و با پودر ذرت و روغن بچه آن را چرب نگهدارید .

مراقبت در منزل:

- ✚ هر روز پوست اطراف گچ را نگاه کنید اگر گچ پوست شمارا تحریک میکند به پزشک اطلاع دهید .
 - ✚ از مرطوب کردن گچ بپرهیزید.
 - ✚ حمام های کوتاه مدت داشته باشید و از مشمع یا پلاستیک برای محافظت گچ در حمام استفاده کنید .
 - ✚ در صورتیکه گچ ترک برداشت حتماً به پزشک اطلاع دهید.
- مراقب علائم زیر باشید :
- ۱- گزگز و کرختی پایین اندام گچ گرفته ورم بیش از اندازه در بالا یا پایین گچ .
 - ۲- کاهش حرکت عضو گچ گرفته
 - ۳- رنگ پریدگی اسبیه شدن انتهای عضو
 - ۴- بیشتر شدن درد یا سوزش عضو زیر گچ، بوی بد از زیر گچ .
 - ۵- سرد شدن یا گرم تر شدن عضو گچ گرفته .
 - ۶- درد قفسه سینه یا تنگی نفس

منبع: آموزش به بیمار ماری ام . کانپو
طراحی و تنظیم: مسئول آموزش سلامت