

در بیشتر موارد، برای بهبودی شکستگی ها، پزشک اقدام به گچ گیری عضو شکسته شده می کند.

التیام شکستگی به چند هفته تا چند ماه زمان نیاز دارد.

بعد از گچ گیری به نکات زیر توجه داشته باشید:

■ **برای خشک شدن گچ کارهای زیر را انجام دهید:**

- گچ را نپوشانید.

- گچ را در معرض جریان هوا قرار دهید.

- گچ را روی جاهای سفت یا لبه های تیز قرار ندهید چون باعث دندان‌خوردگی دندان‌ها می شود.

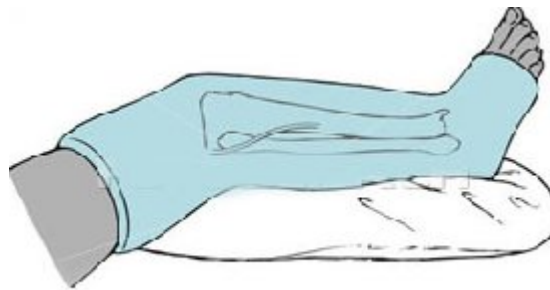
■ اگر در انتهای عضو گچ گرفته شده علائم زیر وجود داشته باشد باید به پزشک مراجعه کنید:

ورم زیاد - رنگ پریدگی - سردی - کم شدن یا از بین رفتن حس - عدم توانایی حرکت دادن انگشتان

تسکین درد

ⓐ اگر درد ناشی از شکستگی باشد، بایستی عضو شکسته شده بی حرکت شود.

ⓑ اگر درد به علت ورم باشد، اندام گچ گرفته شده را با قرار دادن چند بالاش بالاتر قرار دهید.



Ⓒ درد ناشی از ضربه یا عمل جراحی با بلند کردن عضو و استفاده از کمپرس سرد (با نظر پزشک) تسکین پیدا می کند.

برای استفاده از کیف یخ:

- $\frac{1}{4}$ تا $\frac{1}{3}$ آن باید پر باشد.

- کیف یخ و وسایل سرما درمانی باید در دو طرف عضو گچ گرفته شده قرار داده شوند.

- سرما درمانی نباید به صورت مداوم استفاده شود.

ⓐ داروها و مسکن هایی که پزشک برایتان تجویز کرده، به نحو صحیح مصرف کنید.

ⓑ درد شدید در قسمتهایی که برجستگی استخوانی وجود دارد، ممکن است ناشی از زخم شدن پوست ناحیه ی برجستگی استخوانی باشد. در اینگونه موارد به پزشک خود مراجعه کنید.

قسمتهایی که برجستگی استخوانی دارد و ممکن است در زیر گچ تحت فشار باشد و زخم شود، در شکل های زیر نشان داده شده است:





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان
مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

مراقبت از عضو گچ گرفته شده (۱)



گردآوری و تنظیم: فریبا همایونی
آموزش بالینی
مرداد ۸۷

**با رعایت بهداشت فردی و مصرف
میوه جات و سبزیجات تازه بخصوص
آب پر تقال، به بهبودی هر چه سریعتر
خود کمک کنید.**

منبع:
برونر - سودارث. پرستاری داخلی -
جراحی ارتوپدی. مترجم: میترا ذوالفقاری.
تهران، انتشارات بشری، ۱۳۸۶.



Ⓜ اگر درد شدیدی دارید که با روش های
فوق تسکین پیدا نمی کند، به پزشک خود
مراجعه نمایید.

اگر عضو شکسته شده زخم دارد، به بهداشت
و پانسمان زخم توجه داشته باشید.

در صورت بروز علایم زیر به پزشک مراجعه
کنید:

تب - بوی نامطبوع گچ - ترشح چرکی که
رنگ گچ را تغییر می دهد - احساس داغی و
قرمز شدن زخم زیر گچ