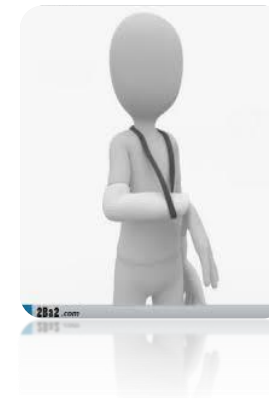


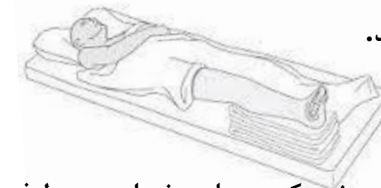
مقدمه:

گچ یک وسیله سخت خارجی برای بی حرکت کردن شکستگی اندام است. گچ با ثابت سازی اندام و بی حرکت کردن شکستگی موجب جوش خوردن شکستگی و اصلاح آن می شود.



مراقبت از گچ و اندام گچ گرفته در منزل

۱- جهت جلوگیری از بروز ورم، عضو گچ گرفته را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.



۲- جهت کاهش درد عضو، کیسه های یخ را در دو طرف عضو گچ گرفته قرار دهید و از داروی مسکنی که پزشک نسخه کرده است استفاده کنید.

۳- موارد ذیل را حتماً به پزشک اطلاع دهید:

درد مداوم، تورمی که با بلند کردن عضو و مصرف مسکن تسکین نمی یابد، تغییرات رنگ و درجه حرارت و فشار، کاهش توانائی حرکت، بی حسی یا گزگز در انگشتان دست و پا، بوی نامطبوع و شکسته شدن گچ.

۴. از عضو گچ گرفته زیاد استفاده نکنید.

۵. -خارش پوست را با هوای سرد سشوار تسکین دهید؛ خاراندن پوست سبب زخم و عفونت می شود.

۶. گچ را خشک نگه دارید اما آن را با پلاستیک یا مشمع نپوشانید زیرا سبب مرطوب شدن پوست و خشک نشدن گچ می شود.

۷. از حرکت دادن زیاد عضو داخل گچ خودداری کنید.

۸. برای حفظ توده و قدرت عضلانی و پیشگیری از لاغری عضله روزی چند بار به مدت چند دقیقه ورزش عضله (سفت و شل کردن) را انجام دهید.

۹. لبه های تیز و ناهموار را با نوار چسب بپوشانید.

۱۰. در گچ تنه که در شکستگی استخوان ران در کودکان استفاده می شود، جهت جلوگیری از ترک خوردن و ناصاف شدن، تا خشک شدن کامل بهتر است بیمار روی تشک سفت قرار گیرد. طی خشک شدن، نباید زیر سر و شانه ها بالش قرار داد زیرا باعث فشار به قفسه سینه می شود. جهت جلوگیری از آلودگی گچ با ادرار و مدفوع قبل از هر بار دفع، یک پلاستیک خشک و تمیز زیر محل مخصوص دفع قالب گچی قرار دهید و لبه های آن را به طرف بیرون برگردانید. احساس حبس شدن در فضای تنگ و بسته باعث اضطراب کودک می شود که حمایت

نزدیکان می تواند به او آرامش دهد. همچنین ممکن است کودک دچار کند شدن حرکات گوارشی، تهوع و استفراغ شود که باید به پزشک اطلاع داد.



۱۱. از راه رفتن روی زمین مرطوب خودداری کنید. در گچ پا حین راه رفتن نباید کل وزن بدن را روی عضو مبتلا بیاندازید.

۱۲. محکم شدن قالب گچ ۱۵ تا ۲۰ دقیقه طول میکشد اما اگر کاملاً خشک نشود، استحکام لازم را نخواهد داشت. خشک شدن کامل گچ ۲۴ تا ۷۲ ساعت طول می کشد که در طی این زمان باید:

- ◆ جهت بلند کردن و جابجایی گچ از کف دست استفاده شود تا فشار انگشتان آن را فرو رفته نکند.
- ◆ روی قالب هیچ پوششی نباشد تا سریعتر خشک شود.
- ◆ می توان از پنکه یا لامپ های گرمایی جهت سریعتر خشک شدن ناحیه استفاده کرد.
- ◆ مراقب باشید گچ مرطوب روی سطوح خیلی سفت یا لبه های تیز قرار نگیرد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی کوثر

واحد آموزش بیماران

مراقبت از اندام گچ گرفته



تهیه کننده: فاطمه اویس قرنی
(سوپروایزر بالینی)

بهار ۱۴۰۴
K(E.R)Epp۴/۴-۹۶/۳



منابع:

-درسنامه پرستاری داخلی جراحی، برونر سوارث ۲۰۲۲
-کتاب کامل پرستاری داخلی- جراحی، اعضای هیئت علمی
دانشگاه علوم پزشکی سمنان
-نیک روان ملاحظت. تشخیص، مراقبت و مهارت های پرستاری در
بیماری های داخلی و جراحی

در صورت داشتن هرگونه سوال در رابطه با بیماری خود با
شماره تلفن ذیل تماس حاصل بفرمایید:

۰۲۳_۳۱۴۲۲۰۴۸

آدرس سایت آموزشی بیمارستان کوثر:

<http://kosarhos.semums.ac.ir>

آدرس سایت کلینیک بیمارستان:

clinic.semums.ac.ir

۱۳. حین راه رفتن می توان گچ دست را با باند یا پارچه ای از گردن آویزان نمود اما نباید فشار زیادی روی اعصاب گردن وارد شود و نیز گره پارچه نباید روی مهره های گردن بسته شود.



مراقبت پس از خارج نمودن گچ

- پوست زیر گچ معمولاً خشک و دارای پوسته های فراوان است پوست را با صابون ملایم و آب گرم شستشو داده و خشک کنید سپس با استفاده از کرم نرم کننده و مرطوب کننده پوست را مرطوب کنید.
- از خاراندن پوست خودداری نمایید.
- جهت کنترل ورم و بازگشت به حالت طبیعی عضو را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.
- تورم اندام بعد از باز کردن گچ شایع است که این حالت را می توان با بالاتر قرار دادن اندام و استفاده از بانداژ الاستیک یا جوراب واریس بر طرف کرد.
- حرکات و فعالیت های بدنی را به تدریج از سر بگیرید.