



بیمارستان امام خمینی بناب

## مراقبت از گچ و آتل



تهیه کنندگان:

شمسی اسفندیاری (رابط آموزشی)

تایید: آقای دکتر فائز باقری

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰

ویرایش: دوم

بازنگری: ۱۴۰۴

کد سند: PA-PHE-۴۱

مشکلات مربوط به دستگاه اسکلتی بدن بسیار شایع بوده که یکی از درمان هایی که در جهت رفع این مشکلات به خصوص شکستگی ها استفاده می شود قالب های گچی و آتل است.

گچ و آتل یک وسیله بی حرکت کننده هستند که هدف از آنها بی حرکت کردن شکستگی های جا اندازی شده، اصلاح تغییر شکلها، حمایت از مفاصل ضعیف می باشد.

امید است با رعایت آموزش های ذکر شده به حداکثر بهبودی و سلامت دست یابید.

۱- خشک شدن گچ:

-گچ از نوع فایبر گلاس به سرعت خشک می شود و کم وزن است

-خشک شدن قالب های گچی از جنس گچ معمولی یک تاسه روز طول می کشد که در طی این زمان باید:

۱- جهت بلند کردن و جابجایی گچ از کف دست استفاده شود تا فشار انگشتان آنرا فرو رفته نکند.

۲- روی قالب هیچ پوششی نباشد تا سریعتر خشک شود.



می توان از پنکه جهت سریعتر خشک شدن قالب گچی استفاده کرد برای خشک کردن آن از لامپ های حرارتی استفاده نکنید چون باعث سوختگی پوست زیر قالب می شود.

مراقب باشید گچ مرطوب روی سطوح خیلی سفت یا لبه های تیز قرار نگیرد.

تا زمانی که گچ خشک می شود در زیر آن احساس گرما وجود دارد ولی اگر پس از خشک شدن قالب گچی در عضو گرما احساس می شود می تواند علامت عفونت باشد و باید به پزشک مراجعه نمایید.

زمانی که قالب گچی مرطوب است آنرا بر روی بالش سفت قرار دهید تا از بد شکل شدن قالب جلوگیری شود.

۲- تسکین درد:

جهت ساکت کردن درد می توان:

عضو را بی حرکت کرده و با چند بالش بالا تر از سطح قلب قرار دهید.

از کیسه یخ در کنار محل شکستگی استفاده کنید

اما مواظب باشید گچ مرطوب نشود.

از داروهای ضد دردی که پزشک تجویز کرده است استفاده نمایید.

اگر درد به علت ورم و فشار بر روی پوست است با بالا تر قراردادن اندام ورم و فشار را کم کنید اگر درد بسیار شدید بوده و با این روش‌ها درمان نشد به پزشک مراجعه کنید

حفظ عملکرد طبیعی بدن: تمام اندام‌های سالم را ورزش دهید تا ضعیف نشوند جهت پیشگیری از ضعیف شدن عضلات در گچ و آتل، هر ساعت یکبار این عضلات را ۵ تا ۱۰ ثانیه منقبض و شل کنید و انگشتان را باز بسته کنید.

در صورتی که انگشتان دست و پایی که در گچ و آتل است دچار سردی شود و پس از ۲۰ دقیقه پوشاندن گرم نشود، افزایش تورم، بی‌حسی و سوزن سوزن شدن، اگر انگشتان و مچ دست جمع شده و قادر به باز کردن آنها نباشید به پزشک مراجعه کنید.

۴- جلوگیری از خشک شدن پوست:

نقاطی از جمله پاشنه، قوزک‌ها، پشت پا، زانو،

آرنج مچ در قالب‌های گچی، مستعد زخم شدن می‌باشد. در صورت وجود درد شدید در این نقاط، بوی بد و مرطوب شدن گچ یا ترشحات به پزشک مراجعه کنید.

تکه‌های گچ چسبیده به پوست را بلافاصله پس از گچ‌گیری از روی پوست بردارید تا به داخل قالب نرود.

از وارد کردن وسایل تیز مانند تکه چوب به زیر قالب گچی خودداری کنید. در صورت خارش پوست داخل گچ با گرفتن سشوار سرد از لبه‌های قالب به داخل آن خارش را کم کنید.

در صورت شکسته شدن قالب خودتان اقدام به اصلاح آن نکنید و به پزشک مراجعه کنید. اگر بیمار ناتوان است هر دو ساعت او را تغییر پوزیشن دهید تا دچار زخم بستر نشود.

۵- مراقبت از خود:

در گچ و آتل پا حین راه رفتن نباید وزن بدن را روی عضو مبتلا اعمال کرد مگر با اجازه پزشک. از عصا یا دمپایی‌هایی مخصوص که سطح پهن و غیر لغزنده‌ای دارند برای راه رفتن استفاده کنید. حین راه رفتن می‌توان آتل و گچ دست را با باند یا پارچه‌ای از گردن آویزان نمود.

نباید فشار زیادی روی گردن وارد شود پس باید در فواصل منظم استراحت کرده و دست را بالا نگه داشته و نباید گره پارچه روی مهره‌های گردن بسته شود.

جهت حمام رفتن و یا بیرون رفتن در هوای بارانی باید قالب با کیسه پلاستیکی پوشانده شود.

گچ را به مدت طولانی نباید با پلاستیک پوشانید چون باعث تعریق و خشک شدن گچ می‌شود. قرار دادن قالب گچی بالا تر از سطح بدن، مهمترین مراقبت جهت جلوگیری از درد و تورم است.

گچ و آتل را تمیز و خشک نگه دارید، خیس شدن باعث بو گرفتن، تحریک و خارش پوست و آلودگی زخم می‌شود.

پنبه‌های بین آتل و عضو را بیرون نیاورید.

در صورت وجود زخم یا بخیه در عضو آتل‌گیری شده، نیاز و نحوه پانسمان مجدد و مصرف داروهای مورد نیاز را از پرستار سوال کنید.

روزانه آتل را باز کرده و پوست زیر آنرا از لحاظ عدم وجود زخم بررسی کنید و مجدداً آنرا ببندید. آتل خود را همواره بسته نگه دارید.

پوست اطراف آتل و گچ را مرتب و تمیز نگه دارید و چنانچه زخم بود برای تمیز بودن آن حساس باشید.

بعد از باز کردن گچ:

- بعد از باز کردن گچ تورم و درد را با بالاتر قرار دادن اندام نسبت به سطح قلب کنترل کنید. پوست را با آب و صابون بشویید و خشک کنید-

- لوسیون مرطوب کننده به پوست بمالید و از خاراندن آن خودداری کنید.

- حرکات و فعالیت‌های ورزشی را بتدریج طبق دستور پزشک از سر

در صورت داشتن هر گونه سوال می‌توانید با رابط آموزشی بخش تماس بگیرید

۰۳۷۷۶۹۹۲۷-۰۴۱ منابع: پرستاری داخلی - جراحی بیماری

مغز و اعصاب (بونر و سودارث)