

# 上石膏後的照顧

## 一、石膏的目的

(一) 於手術、骨折痊癒期間提供支持、固定及復位後的保護作用，並促進患肢休息。

(二) 預防或矯正肢體的畸形。

## 二、上石膏後應注意事項

(一) 石膏固定後，包覆石膏最初 10-15 分鐘有溫熱感，此為石膏散熱的正常現象，請勿擔心。



(二) 上石膏的患肢應抬高 45 度，促使血液循環暢通、減輕腫脹；可將肢體放置在軟枕上，避免放於硬板或尖銳邊緣上，以防石膏凹陷。



(三) 24 小時內不要覆蓋棉被、衣服，並避免石膏接觸水份，以利石膏儘速乾燥定型。

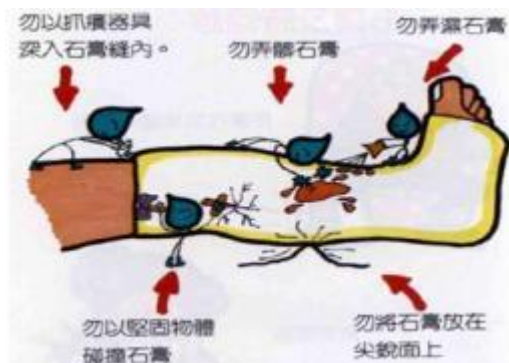


(四) 若上石膏的肢體有疼痛、腫脹、麻木、冰冷或蒼白等異常情形時，請立刻告知醫護人員。

(五) 當上軀體石膏固定後，如需使用便盆，應將床頭抬高或墊高，以免排泄物倒流，導致石膏周圍受到排泄物滲入污染。



(六) 嚴禁使用任何物品(如：細竹棒、衣架、鉛筆等)伸入石膏內或抓癢，以免造成皮膚完整性受損及感染。





### 三、上石膏患肢的復健運動

- (一) 對指運動(一指對一指，如大拇指指腹和小指指腹相對，然後依次和其他三指作對指運動)。
- (二) 張指運動(每指頭離開中指部)。
- (三) 內收(每指頭緊靠中指部)。
- (四) 股四頭肌運動(患肢足跟及膝部下壓，大腿緊縮狀)。
- (五) 足背伸展運動(腳向腳底方向伸展)。
- (六) 足背屈曲運動(腳向足背方向屈曲)。



#### 四、遠端末梢皮膚照護

- (一) 皮膚保持清潔和乾爽，必要時可塗抹乳液。
- (二) 末梢皮膚適當保暖，以促進血液循環。
- (三) 養成規律性、定時觀察皮膚狀況的習慣。
- (四) 避免患肢受壓及依醫師指示進行復健運動，以提供末梢肢體充足的血液循環。
- (五) 避免骨突處皮膚受損，若有破皮及分泌物時，應立即通知醫師處理。
- (六) 採均衡飲食，以供給皮膚養份所需。

#### 五、出院後如果有發生下列情形請立即回診

- (一) 肢體出現腫脹或疼痛的情形加劇。
- (二) 指/趾甲呈現偏藍紫色或在局部加壓數秒後仍呈現蒼白。
- (三) 肢體出現持續性麻木感或無法移動。
- (四) 石膏內感覺不適或石膏出現龜裂。
- (五) 有任何臭味或滲出液從石膏中流出。

#### 六、去除石膏後之注意事項

- (一) 用溫水清洗皮膚。
- (二) 勿用手搔抓皮膚，可用手輕拍方式替代。
- (三) 可使用綿羊油、乳液，適度潤滑皮膚。
- (四) 依醫護人員指示持續進行復健運動，尤其患肢外觀肌肉有明顯萎縮者。
- (五) 避免患肢再次受傷，如：跌倒。

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售。

著作權人：長庚醫療財團法人