

## 石膏的返家照顧注意事項

1. 石膏的目的：固定骨頭，維持骨折骨頭的正常功能位置，使骨頭自行生成修復。
2. 上石膏後肢體的護理：
  - (1)保持上石膏肢體的手指和腳趾清潔，並塗擦乳液，輕輕按摩以預防乾裂。
  - (2)石膏上不可插入尖銳物品，以避免引起皮膚受損，且教導小孩不可將玩具、食物、牙刷、釦子等物品放入石膏內。
  - (3)避免石膏與硬物撞擊，會引起變形或裂開。
  - (4)保持石膏清潔乾燥。
  - (5)將打石膏的肢體抬比心臟稍高的位置以促進血液回流，以減輕腫脹疼痛
  - (6)施行肌肉收縮運動，每次持續15~20分鐘，每日3次。例：握拳。
  - (7)每日應於床上或椅子上練習將石膏的肢體做〔抬起放下〕的運動。
3. 上石膏後肢體在何種情況下應返門診追蹤
4. 上石膏肢體末梢指（趾）頭有脹痛蒼白、發紫、冰冷或麻木時。
5. 石膏斷裂或粉碎時。
6. 感覺石膏太鬆或太緊時。
7. 感覺石膏內某處皮膚有特別刺痛、不舒服的感覺。
8. 勿吃刺激性食物及暴飲暴食。

義大醫療財團法人 關心您