

« بسمه تعالی »



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی گیلان



مرکز آموزشی - درمانی پورسینا

## «مراقبت از گچ»



کمیته آموزش دفتر پرستاری

بهار ۹۰

## برداشتن گچ

- ۱- اگرچه آره ی بکار رفته در موقع برداشتن گچ پر سر و صداست اما به هیچ وجه به پوست آسیب نخواهد زد.
- ۲- بعد از برداشتن گچ به دلیل وجود سلول های مرده ، پوست خشک و پوسته پوسته می شود ، پس آن را نخاراند ، به آرامی شسته و با محلول های نرم کننده مرطوب کنید .

امید است بیماران با رعایت نکات ذکر شده به حداکثر بهبودی و سلامت دست یافته و از عوارض احتمالی این نوع درمان پیشگیری نمایند .

## مراقبت از پوست

- ۱- نقاط مستعد زخم فشاری در گچ پا شامل پاشنه ، قوزک ، پشت پا ، کشکک زانو و در گچ دست آرنج و میج می باشد
- ۲- در صورت وجود درد شدید در نقاط مستعد ، بوی بد و مرطوب شدن گچ با ترشحات داخلی به پزشک مراجعه کنید.
- ۳- در صورت خارش پوست داخل گچ با گرفتن شوار سرد از لبه های قالب به داخل آن ، خارش را کم کنید .
- ۴- اگر بیمار ناتوان است هر ۲ ساعت او را تغییر وضعیت دهید تا دچار زخم بستر نشود .
- ۵- پوست در تماس با لبه ی گچ را روزانه از نظر قرمزی و زخم چک کنید و با انگشتان ماساژ دهید .

گچ وسیله ای بی حرکت کننده ی خارجی است که هدف از آن بی حرکت کردن شکستگی های جا اندازی شده است .

### ➤ نکات زیر را در مراقبت از گچ رعایت

کنید :

محکم شدن قالب گچی ۱۵-۲۰ دقیقه طول می کشد ، اما خشک شدن کامل ۲۴-۷۲ ساعت طول می کشد که در طی این مدت باید :

۱- جهت جابجایی و بلند کردن گچ از کف دست استفاده گردد تا فشار انگشتان آن را فرو رفته نکند .

۲- روی قالب گچی هیچ پوششی نباشد تا سریع تر خشک گردد .

۳- میتوان از پنکه یا لامپ های گرمایی جهت تسریع در روند خشک شدن گچ استفاده کرد .

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

۵- تکه های گچ چسبنده را بلافاصله بعد از گچ گیری با یک پارچه ی مرطوب از روی پوست پاک کنید تا به زیر قالب گچی نلغزد .

۶- گچ را به مدت طولانی با پلاستیک نپوشانید چون باعث تعریق و مرطوب شدن گچ می شود .  
۷- از فرو کردن چیزهای تیز و برنده به داخل گچ خودداری کنید .

۸- عدم استفاده از لاک یا رنگ بر روی گچ چون مانع جریان هوا بر روی پوست زیر گچ می شود .

۹- عدم استفاده از کرم ها و لوسیون ها به مقدار زیاد چون باعث نرم شدم پوست و متعاقب آن چسبیدن گچ به پوست می شود .

### جهت کاهش درد

۱- عضو را بی حرکت کرده و با چند بالش بالاتر از سطح قلب قرار دهید .

۲- از کیسه یخ در کنار محل شکستگی استفاده کنید اما مراقب باشید که گچ مرطوب نشود .

۳- از داروهای ضد دردی که پزشک تجویز کرده استفاده نمایید .

۴- اگر درد به دلیل تورم و فشار روی عضو است با بالا نگه داشتن عضو فشار را کم کنید .

### حفظ عملکرد طبیعی بدن

۱- تمام اندام ها و مفاصل سالم را ورزش دهید تا ضعیف نشوند .

۲- جهت جلوگیری از ضعیف شدن عضلات در گچ و برای خونرسانی بهتر هر ساعت یکبار این عضلات را به مدت ۵-۱۰ ثانیه منقبض و سپس شل کنید و انگشتان عضو را باز و بسته کنید .

۳- انگشتان عضو در گچ را از نظر رنگ ، حس ، حرکت ، گرمی کنترل کنید و هرگونه تغییر را با پزشک در جریان بگذارید .

۴- در گچ دست و بازو اگر انگشتان و میج دست بیمار جمع شده و قادر به باز کردن آن نمی باشد ، بی حسی و گزگز شدن نیز وجود داشته باشد هر چه سریع تر به پزشک اطلاع دهید .

۵- نباید عضو در گچ را به مدت طولانی در وضعیت انکایی قرارداد هنگام راه رفتن می توان گچ دست را با باند یا پارچه از گردن آویزان کرد اما گره نباید روی مهره های گردنی باشد .