

❖ اهمیت

گچ یک وسیله بی حرکت کننده خارجی محسوب میشود. موادی که برای گچ گیری استفاده میشوند عبارتند از: گچ پالستر و فایبر گلاس ✓. گچ پالستر یا معمولی قبل از استفاده باید خیس شود و سپس دور عضو پیچانده شود. این نوع گچ خیلی دیر خشک میشود و سنگین است ✓. گچ فایبر گلاس یا پلاستیکی به سرعت خشک میشود و کم وزن است.

❖ دلایل استفاده

بیحرکت کردن شکستگیها ✓ اصلاح تغییر شکلها مانند پاچنبیری ✓ اعمال فشار یکنواخت روی بافت نرم داخل قالب ✓ حمایت از مفاصل ضعیف

قالب گچ باید خشک، سفید و درخشان، محکم و فاقد بو باشد. اما رنگ قالب گچی که مرطوب بوده و هنوز خشک نشده باشد، خاکستری و کدر بوده، نرم است و بوی کپک میدهد.

❖ مراقبتهای بعد از گچ گیری

ممکن است به هنگام گچ گیری صداها و احساسات مختلفی را تجربه کنید مثل احساس گرما به هنگام سفت شدن گچ که این امر طبیعی است.

✓ باندهای پالستر یا گچ معمولی برای خشک شدن کامل الزام است که عضو گچ گرفته شده به مدت ۲۲- ۲۴ ساعت در معرض هوای آزاد قرار گیرد.

✓ روی قالب هیچ پوششی قرار ندهید تا سریعتر خشک شود، به خاطر داشته باشید اگر گچ کاملاً خشک نشود استحکام لازم را ندارد.

✓ مراقب باشید گچ مرطوب روی سطوح خیلی سفت یا لبه های تیز قرار نگیرد، گچ بعد از خشک شدن سفید و براق ✓ در صورت وجود زخم در زیر گچ معمولاً در آن قسمت پنجره باز شده و روزانه زخم باید پانسمان شود.

✓ انگشتان اندام در گچ را از نظر رنگ، حس، حرکت و گرمی عضو کنترل کنید چون نشانه خونسازی و سلامت عصبی اندام است.

✓ جهت بلند کردن و جابجایی گچ از کف دست استفاده شود تا با فشار انگشتان منجر به فرورفتگی گچ نگردد.

✓ عضو گچ گرفته را با بالش و یا پتو بالاتراز سطح قلب قرار دهید تا باعث پیشگیری از ورم و درد شود.

✓ جهت پیشگیری از زخم فشاری بیماران ناتوان و ضعیف را باید هر دو ساعت تغییر وضعیت داد.

✓ حین راه رفتن میتواند گچ دست را با باند یا پارچه ای از گردن آویزان نمایید اما نباید فشار زیادی روی اعصاب گردن وارد شود پس باید به فواصل استراحت کرده و دست را بالا نگه داشت و نیز گره پارچه نباید روی مهره های گردن بسته شود.

❖ ✓ مفاصلی که در داخل گچ بی حرکت گشته اند تا موقعی که در گچ هستند قابل حرکت دادن نیستند ولی میتوانند عضلات زیر گچ را بدون حرکت دادن مفاصل بطور مرتب منقبض و منبسط کنید تا جریان خون در عضو بهبود یافته و از لخته شدن خون و تورم اندام جلوگیری و مانع ضعیف شدن عضلات داخل گچ شود.

❖ ✓ گچ را خشک و تمیز نگه دارید و قبل از حمام کردن روی گچ را با ۲ پلاستیک یا کیسه پلاستیکی ضد آب بپوشانید و انتهای کیسه را گره بزنید و مواظب باشید گچ خیس نشود چون در این صورت باعث دانه زدن پوست میشود و اگر خیس شد با ششوار خشک کنید، پس از خشک کردن نباید زیر گچ مرطوب باشد.

❖ ✓ پوست لبه های گچ را به دقت از نظر هر گونه قرمزی بررسی کنید. زیر قسمتهای لبه را با یک پارچه نرم یا پنبه بپوشانید هرگز پوست زیر گچ را با پماد، کرم، لوسیون و یا ماده دیگری چرب نکنید.

❖ ✓ پوست زیر گچ را نخارانید. هرگز وسیله ای را برای خاراندن پوست زیر گچ وارد نکنید. میتوانید با گرفتن ششوار سرد از لبه های قالب به داخل آن خارش را کم کنید.

❖ ✓ در انگشتان دستی که گچ گیری شده است انگشتنر نکنید. انگشتان دست یا پای گچ گرفته را با دستکش یا جوراب بپوشانید تا گرم بماند.

✓ در صورت شکسته شدن قالب اقدام به اصلاح آن نکنید و به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

✓ مثانه خود را زود به زود تخلیه کنید و روزانه ۲ الی ۳ لیتر مایعات جهت پیشگیری از عفونت و سنگ کلیه استفاده کنید.



بیمارستان امام حسین (ع) سپیدان

مراقبت از قالب گچی



تهیه کننده: فهمیه محمدی

تأیید کننده: دکتر عسکری نژاد

کد سند: ED-BR-50-00

واحد آموزش سلامت

پاییز ۱۴۰۴

✓ زخم فشاری: نقاط مستعد زخم فشاری در قالبهای گچی یا شامل: پاشنه، قوزکها، پشت پا و کشکک زانو و در قالبهای دست آرنج و مچ میباشد.

✓ عدم حرکت مفاصل عضو درگیر پس از باز کردن قالب گچی

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایند؟

✓ در صورت داشتن درد شدید در اندامهای صدمه دیده که با ضد دردهای معمولی تسکین نیابد و یا دردی که لحظه به لحظه شدت مییابد

✓ گزگز و مور مور، احساس بی حسی، سوزن سوزن شدن انتهای اندام و سردی یا رنگ پریدگی و یا کیودی در انتهای عضو گچ گرفته شده

✓ هر گونه ترك، شکستگی یا نرمی، شل و یا سفت بودن گچ
✓ هر نوع قرمزی و یا ترك خوردگی پوست

✓ افزایش ورم انگشتان دست و پا حتی پس از قراردادن عضو گچ گرفته بالاتر از قلب

✓ بوی غیر طبیعی یا نا مطبوع و یا ترشح از گچ،

✓ تب بالا

✓ در صورتیکه کودک (پس از گچ گیری) بی دلیل بهانه گیری میکند، احتمالاً مشکلی دارد و باید با پزشک یا پرستار تماس گرفت

❖ رژیم غذایی

✓ برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، رژیم غذایی پروتئین و پرکالری استفاده کنید

✓ اگر بی حرکتی عضو طولانی است، برای جلوگیری از بروز هیپوکلسمی، غذاهای پر کلسیم (شیر و لبنیات) مصرف کنید، اما مصرف غذاهای پرکلسیم نباید آنقدر زیاد باشد که زمینه تشکیل سنگهای کلیوی را فراهم کند.

✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.

❖ فعالیت

✓ در گچ پا: حین راه رفتن نباید وزن بدن را روی عضو مبتلا اعمال کرد و تا پزشکتان اجازه نداده است با پای گچ گرفته شده راه نروید.

✓ جهت بهبود گردش خون و جلوگیری از ایجاد عوارض باید هر چه سریعتر پس از اجازه پزشک معالج با کمک از بستر خارج شده و با حمایت راه بروید. فعالیت باید از کم شروع و بتدریج به مدت و دامنه آن افزوده گردد تا سبب خستگی شما نشود. در شروع حرکت از عصا و واکر استفاده کنید.

❖ عوارض احتمالی

✓ سندرم کمپارتمان که در اثر فشار گچ تنگ بر عروق و اعصاب عضو گچ گرفته شده ایجاد میشود.