

## گچ تنه اسپایکا

این نوع قاب در بعضی انواع شکستگی های استخوان ران و جراحی های مفصل ران در کودکان (مانند کودکان مبتلا به درفتگی مادرزادی لگن) استفاده می شود.

\* جهت جلوگیری از ترک خوردن و ناصاف شدن، تا خشک شدن کامل بهتر است بیمار روی تشک سفت قرار گیرد.

\* جهت سریع تر خشک شدن می توان از لامپ های گرمایی استفاده کرد.

\* طی خشک شدن نباید زیر سر و شانه ها بالش قرار داد زیرا باعث فشار به قفسه سینه می شود.

\* جهت جلوگیری از آلودگی گچ با ادرار یا مدفوع قبل از هر بار دفع یک پلاستیک خشک و تمیز زیر محل مخصوص دفع قالب گچی قرار دهید و لبه های آن را به طرف بیرون برگردانید.

\* پوست در تماس با لبه گچ را روزانه از نظر زخم بررسی کرده و با انگشتان ماساژ دهید.



\* احساس حبس شدن در فضای تنگ و بسته باعث اضطراب کودک می شود که حمایت نزدیکان می تواند به او آرامش دهد.

\* ممکن است کودک دچار کند شدن حرکات گوارشی، تهوع و استفراغ شود که باید به پزشک اطلاع داد.

## مراقبت از خود

\* در گچ پا حین راه رفتن نباید وزن بدن را روی عضو مبتلا اعمال کرد مگر با اجازه پزشک و استفاده از دمپایی های مخصوصی که سطح پهن و غیر لغزنده ای را برای راه رفتن فراهم می کنند و می توان آنها را از فروشگاه های لوازم پزشکی تهیه کرد.

\* حین راه رفتن می توان گچ دست را با باند یا پارچه ای از گردن آویزان نمود اما نباید فشار زیادی روی اعصاب گردن وارد شود پس باید به فواصل استراحت کرده و دست را با لا نگه داشت و نیز گره پارچه نباید روی مهره های گردن بسته شود.

## برداشتن گچ

\* پس از برداشتن گچ فعالیت های عضو و اعمال وزن روی آن را تدریجی شروع کنید چون عضو سفت و ضعیف است.

\* در صورت وجود ورم عضو را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.

\* به دلیل وجود سلول های پوستی مرده، پوست خشک و پوسته پوسته است و سریعاً زخم می شود پس آن را نخارانید، به آرامی شسته و با محلول های نرم کننده مرطوب کنید.

\* کانال تلگرام بیمارستان : @zahrayemarziye



بیمارستان و دارالشفای حضرت زهرا (س) مرضیه

## گچ و مراقبت از آن

تاریخ بازنگری: مهر ماه ۱۳۹۶



مشکلات مربوط به دستگاه اسکلتی بدن بسیار شایع بوده و اگر چه اغلب تهدید کننده حیات نیستند اما تاثیر عمیقی بر فعالیت های روزمره و طبیعی زندگی دارند. یکی از درمان هایی که در جهت رفع این مشکلات به خصوص شکستگی ها استفاده می شود قالب های گچی است.

گچ یک وسیله بی حرکت کننده خارجی است که هدف از آن بی حرکت کردن شکستگی های جا اندازی شده، اصلاح بد شکستگی ها و حمایت از مفاصل ضعیف می باشد.

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

**خشک شدن گچ**

محکم شدن قالب گچ ۱۵ تا ۲۰ دقیقه طول می کشد اما اگر کاملاً خشک نشود، استحکام لازم را ندارد. خشک شدن کامل ۲۴ تا ۷۲ ساعت طول می کشد که در طی این زمان باید:

۱. جهت بلند کردن و جابجایی گچ از کف دست استفاده شود تا فشار انگشتان آن را فرو رفته نکند.
۲. روی قالب هیچ پوششی نباشد تا سریعتر خشک شود.
۳. می توان از پنکه یا لامپ های گرمایی جهت سریع تر خشک شدن ناحیه استفاده کرد. مراقب باشید گچ مرطوب روی سطوح خیلی سفت یا لبه های تمیز قرار نگیرد.

**تسکین درد**

۱. از کیسه یخ در کنار محل شکستگی استفاده کنید اما مواظب باشید گچ مرطوب نشود.
۲. از داروهای ضد درد ی که پزشک تجویز کرده استفاده نمایید.
۳. اگر درد به علت ورم و فشار بر روی پوست است با بالاتر قراردادن اندام، ورم و فشار را کم کنید.
۴. اگر درد بسیار شدید بوده و با این روشها درمان نشد به پزشک مراجعه کنید.

**حفظ عملکرد طبیعی بدن**

۱. تمام مفاصل و اندام های سالم را ورزش دهید تا ضعیف نشوند.
۲. جهت پیشگیری از ضعیف شدن عضلات در گچ و برای خونرسانی بهتر، هر ساعت یکبار این عضلات را ۵ تا ۱۰ ثانیه منقبض و سپس شل کنید و انگشتان عضو را با زو بسته کنید.
۳. انگشتان اندام در گچ را از نظر رنگ، حس، حرکت و گرمی کنترل کنید چون نشانه خونرسانی و سلامت عصبی اندام است.
۴. در گچ دست و بازو اگر انگشتان و مچ دست بیمار جمع شده و قادر به باز کردن آنها نباشد و بی حسی یا گزگز شدن نیز وجود داشته باشد می تواند از علائم قطع خونرسانی به دست باشد که باید هر چه سریعتر به پزشک مراجعه کرد.

**زخم فشاری**

نقاط مستعد زخم فشاری در قالب های گچی یا شامل پاشنه، قوزک ها، پشت پا و کشکک زانو و در قالب های دست آرنج و مچ می باشد.

در صورت وجود درد شدید در نقاط مستعد، بوی بد و مرطوب شدن گچ با ترشحات داخلی به پزشک مراجعه کنید.

تکه های گچ چسبیده به پوست را بلافاصله پس از گچ گیری از روی پوست بردارید تا به داخل قالب نلغزند.

در صورت خارش پوست داخل گچ با گرفتن سشوار سرد از لبه های قالب به داخل آن خارش را کم کنید.

در صورت شکسته شدن قالب خودتان اقدام به اصلاح آن نکنید و به پزشک مراجعه نمایید.

اگر بیمار ناتوان است هر ۲ ساعت او را تغییر وضعیت دهید تا دچار زخم بستر نشود.

بالاتر قراردادن عضو در گچ مراقبت بسیار مهمی است که باعث پیشگیری از ورم، درد و پیشگیری از قطع خونرسانی می شود.

