

石膏固定之護理指導

一、目的：

- (一)使受傷的肢體固定不動。
- (二)預防或矯正畸形。
- (三)維持、支持、保護斷骨。
- (四)促進癒合及早期負重。

二、上石膏前注意事項：

- (一)局部皮膚使用肥皂清水洗淨，並用毛巾擦乾。
- (二)檢查皮膚有無外傷破損或瘀血情形，如有傷口應先覆蓋敷料，保護皮膚。
- (三)評估神經血管狀況。

三、上石膏後注意事項：

- (一)上下肢(如圖一、二)上完石膏後持續 10~15 分鐘會有溫熱感是常見的現象。



圖一：上肢石膏

圖片來源：

<https://read01.com/8z3RyyQ.html>



圖二：下肢石膏

圖片來源：

<https://read01.com/8z3RyyQ.html>

- (二) 打上石膏後約 24~48 小時，石膏才會完全乾燥。若為樹脂石膏則約 30 分鐘後即會乾燥。石膏未乾燥前，避免指尖或拿尖銳物品壓凹石膏，翻身時應以手掌支托石膏。

(三) 依情況多吃高蛋白，高鈣食物如小魚乾、排骨、牛奶，以利骨折癒合，多吃高纖維食物（如蔬菜、水果）預防便秘。

(四) 適當的運動以維持肌肉的力量及關節的活動度：

健肢－執行日常自我照顧活動、抱腿運動、全關節運動。

患肢－在醫師許可下做等長運動。

(五) 石膏內皮膚發癢時，可用吹風機冷風吹，勿使用任何東西到石膏內抓癢，避免破壞石膏內的保護襯墊及造成皮膚的破損感染。

(六) 石膏固定後須注意行動及上床、下床之安全。

(七) 如有下列情形發生時，應立即通知醫護人員：

1. 有鮮血、滲出液從石膏溢出。

2. 上石膏的肢端蒼白，發紫、腫脹、感覺異常（刺痛、高度敏感、麻木、感覺遲鈍）、皮膚冰冷。

3. 石膏太緊或太鬆。

4. 石膏斷裂、粉碎、變軟、發霉。

(八) 石膏應保持清潔乾燥，弄濕後會降低硬度，且易造成石膏下傷口的感染。

(九) 減輕石膏肢體腫脹的方法：1. 以枕頭墊高，促進血液回流 2. 經常活動按摩露於石膏外的手指或腳趾，促進血液循環，減少腫脹。

(十) 依醫囑按時返院檢查與治療。