

مراقبت از قالب گچی

❖ اهمیت

گچ یک وسیله بی حرکت کننده خارجی محسوب می‌شود. موادی که برای گچ‌گیری استفاده می‌شوند عبارتند از: گچ پلاستر و فایبر گلاس.

✓ گچ پلاستر 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 پاچنبری
- ✓ اعمال فشار یکنواخت روی بافت نرم داخل قالب
- ✓ حمایت از مفاصل ضعیف

❖ رنگ قالب گچی

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 گچ‌گیری

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

✓ باندهای پلاستر یا گچ معمولی برای خشک شدن کامل لازم است که عضو گچ گرفته شده به مدت ۷۲ - 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 لبه‌های تیز قرار نگیرد، گچ بعد از خشک شدن سفید و براق به نظر می‌رسد.

✓ 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 خون‌رسانی 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 مهره‌های گردن بسته شود.

✓ مفاصلی که در داخل گچ بی حرکت گشته‌اند تا موقعی که در گچ هستند قابل حرکت دادن نیستند ولی می‌توانید 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 ببوشانید 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 سشوار خشک کنید، پس از خشک کردن نباید زیر گچ مرطوب باشد.

✓ پوست لبه‌های گچ را به دقت از نظر هر گونه قرمزی بررسی کنید. زیر قسمتهای لبه را با یک پارچه نرم یا پنبه ببوشانید 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 سشوار سرد از لبه‌های قالب به داخل آن خارش را کم کنید.

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

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

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



شناسنامه ی بروشور آموزشی		کد: pm-06-87-A-06	
عنوان	مراقبت از قالب گچی		
تهیه کننده	آذر محمدی سوپروایزر آموزش سلامت		
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار		
سال تهیه : ۱۴۰۱	بازبینی : ۱۴۰۵		
منابع:	(۱) برونر و سودارث - پرستاری داخلی جراحی (ارتوپدی) ۲۰۲۲		
پزشک تایید کننده:			
دکتر سید علی هاشمی			
ناظر کیفی			
دکتر عباس رخشا			

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

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

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمائید؟

- ✓ در صورت داشتن درد شدید در اندامهای صدمه دیده که با ضد دردهای معمولی تسکین نیابد و یا دردی که لحظه به لحظه شدت می یابد
- ✓ گزگز و مور مور ، احساس بی حسی، سوزن سوزن شدن انتهای اندام و سردی یا رنگ پریدگی و یا کبودی در انتهای عضو گچ گرفته شده
- ✓ هر گونه ترک، شکستگی یا نرمی، شل و یا سفت بودن گچ
- ✓ هر نوع قرمزی و یا ترک خوردگی پوست
- ✓ افزایش ورم انگشتان دست و پا حتی پس از قراردادن عضو گچ گرفته بالاتر از قلب
- ✓ بوی غیر طبیعی یا نامطبوع و یا ترشح از گچ، تب بالا
- ✓ در صورتیکه کودک (پس از گچ گیری) بی دلیل بهانه گیری می کند، احتمالاً مشکلی دارد و باید با پزشک یا پرستار تماس گرفت.

❖ رژیم غذایی

- ✓ برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری استفاده کنید.
- ✓ اگر بی حرکتی عضو طولانی است، برای جلوگیری از بروز هیپوکالسمی، 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 می شود.