

مراقبت از آتل و گچ گیری

منظور از گچ گیری اندام استفاده از ماده ای مانند گچ یا فایبر گلاس برای ایجاد یک قالب محکم در اطراف اندام است تا از حرکت بعضی از مفاصل آن جلوگیری شود.

آتل: نوعی قالب است که یک طرف اندام را گرفته و از طرف دیگر باز است.

گاهی به علت اینکه بعد از شکستگی، اندام متورم است برای بیحرکت کردن از آتل استفاده می کنند و بعد از چند روز که تورم کاهش پیدا کرد، اندام گچ گرفته می شود.

گاهی بعد از مدتی که شکستگی جوش خورد گچ با آتل تعویض می گردد تا بیمار چند بار در روز بتواند آن را در بیاورد و حرکاتی را برای اندام انجام داده و دوباره آن را ببندد.

۱- عضو گچ گرفته شده تا ۲۴ ساعت در هوای آزاد قرار گیرد تا کاملاً خشک شود. رطوبت، گچ را ضعیف و شل میکند و خیس شدن لایه پنبه ای که بین فایبر گلاس و پوست قرار گرفته، می تواند موجب مشکلات پوستی گردد.

۲- در هنگام استحمام دو لایه پلاستیک را روی گچ بپیچید. در ۲۴ ساعت اول گچ گیری، روی اندام گچ گرفته وزن نگذارید و عضو گچ گیری شده را روی سطح لبه دار نگذارید.

بهبتر است عضو را روی بالش نرم بگذارید.

۳- اگر پزشک شما اجازه راه رفتن با گچ را داده است این کار را تا خشک و سفت شدن گچ انجام ندهید. این زمان برای گچ ۳ الی ۲ روز و برای فایبر گلاس ۱ ساعت می باشد.

باند پنبه ای زیر گچ یا آتل را بیرون نیاورید.

۴- اگر پوست شما خارش داشت چیزی را برای خاراندن در زیر گچ نبرید. این کار ممکن است پوست شما را زخمی کند. و چون روی پوست بسته است احتمال عفونت آن وجود دارد. و در صورت عفونت چون محل قابل دیدن نیست ممکن است متوجه آن نشده و برای شما خطر ایجاد کند. در صورت ادامه خارش به پزشک مراجعه کنید.

۵- لبه های زیادی یا قسمتهایی از گچ یا آتل را بدون مشورت با پزشک، سرخود برش ندهید.

۶- پوست دور گچ یا آتل را مرتب نگاه کنید. اگر قرمز یا زخمی بود به پزشک اطلاع دهید.



چگونه از تورم اندام به دنبال گچ گیری پا پیشگیری کنیم؟

گاهی اوقات در ۲-۳ روز بعد از گچ گیری ممکن است تورم اندام بیشتر شده و بیمار احساس کند گچ سفت شده و به اندامش فشار وارد میکند. برای ممانعت از این وضعیت باید به نکات زیر توجه کرد.

- در چند روز اول بعد از گچ گیری دراز کشیده و یک یا چند بالشت زیر اندام طوری قرار دهید که ساق یا ساعد بالاتر از

سطح قلب بیمار باشد. با این کار خون و مایعات از اندام به طرف قلب بازگشت کرده و تورم کم می شود.

- انگشتان دست یا پای شکسته شده را مکرراً حرکت دهید.
- مقداری یخ خرد شده را در یک کیسه پلاستیکی خشک قرار داده و آن را در روی گچ یا آتل در محل ضایعه قرار دهید.



آیا می دانید بعد از گچ گیری و آتل در صورت مشاهده چه علایمی باید در اسرع وقت به پزشک اورژانس مراجعه کرد:

- ۱- گزگز و خواب رفتن عضو
- ۲- تغییر رنگ ناخنهای گچ گرفته شده از حالت طبیعی (صورتی) به کبودی
- ۳- ورم شدید عضو
- ۴- ایجاد درد شدید عضو بخصوص اگر درد با حرکت انگشتان این عضو بیشتر شد.

گچ چگونه خارج میشود؟

هرگز خودتان گچ را خارج نکنید چون ممکن است در حین این کار به پوست خود صدمه بزنید یا فشار بیش از حد به اندامتان وارد کنید. پزشک معالج، گچ شما را بایک اره مخصوص برش

مراقبت از گچ و آتل



تهیه کننده: فاطمه مقیمی - کارشناس پرستاری
تایید کننده مجدد: دکتر سیما سلج محمودی
منبع: راهنمای سریع آموزش به بیمارنصیری زاده
تاریخ تهیه: بهار ۱۳۹۹
تاریخ بازنگری مجدد: بهار ۱۴۰۳



من را اسکن کن

میدهد تا بتواند آنرا راحت تر خارج کند. تیغه این اره ها حرکت چرخشی ندارد بلکه سرجای خود میلرزد. بنابراین فقط اجسام سخت مثل گچ یا فایبر گلاس را میبرد و وقتی به پوست میرسد و با آن تماس پیدا میکند آسیبی به بافت بدن نمی زند..

مراقبت بعد از باز کردن گچ

- بعد از باز کردن گچ بهتر است ناحیه مورد نظر را در آب ولرم قرار دهید. و به آرامی ماساژ دهید . این کار بهتر است تا دو هفته بعد از باز کردن گچ به صورت روزانه انجام شود تا زودتر بهبود یابید.
- دوش گرفتن به مدت ۱۵ دقیقه روزانه برای عضلات بسیار مفید است
- برای بهبودی سریع تر می توانید از روغن زیتون و دیگر روغن ها برای ماساژ استفاده کنید.
- تا ۳ ماه بعد از باز کردن گچ کاملا مراقب عضو مورد نظر باشید تا ضربه ای به آن وارد نشود.
- آب درمانی یکی از روشهای بسیار مفید و موثر در روند بهبود و التیام عضو درگیر می باشد.