

石膏病人的自我照顧

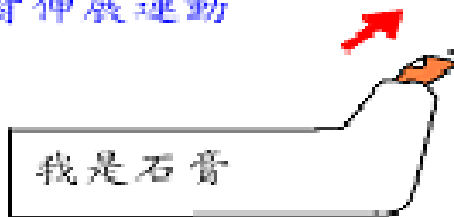
◆石膏的目的

1. 在骨折癒合過程中提供固定和保護作用。
2. 預防及矯正畸形。
3. 肌腱及韌帶扭傷後的固定作用。

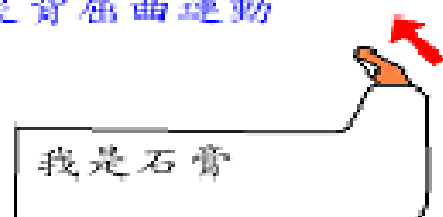
◆上石膏後的自我照顧

1. 剛打上石膏約 10~15 分鐘內溫度會升高，這是正常的現象。
2. 於家中，可用枕頭墊高患部(高於心臟) 促進，以循環及減少腫脹的情形。
3. 石膏患肢需行復健運動以防止該患肢的浮腫並可促進循環。

足背伸展運動



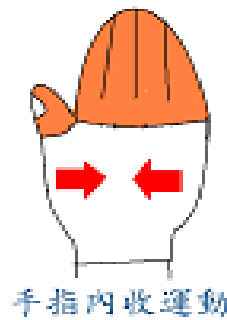
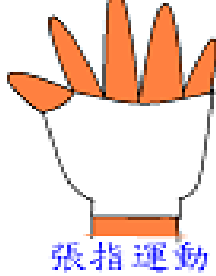
足背屈曲運動



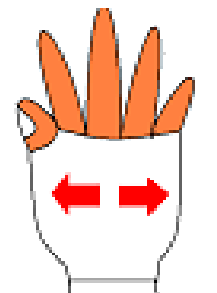
對指運動



張指運動



手指內收運動



手指外展運動

◆上石膏後的注意事項

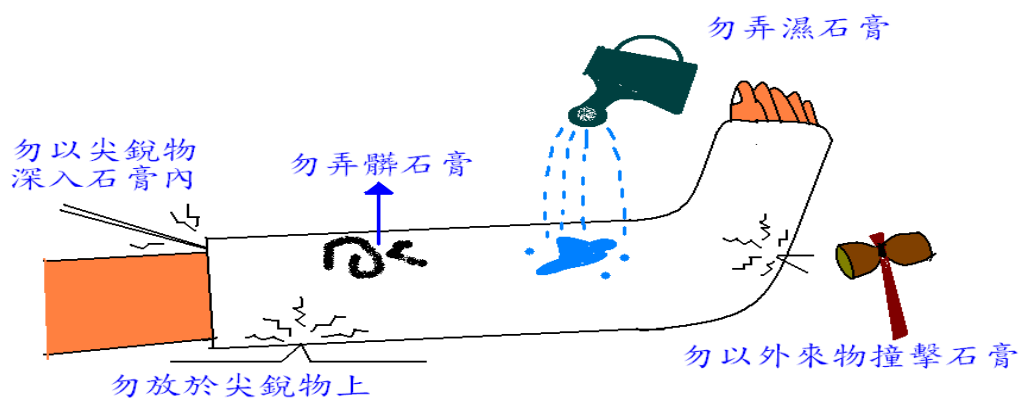
1. 勿以尖銳物伸入石膏裡抓癢(如筆)，以免皮膚受損或因局部壓力影響血循。
2. 石膏未完全硬化前(約 24~48 小時)，勿壓迫石膏以防止變形。



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

3. 常保持石膏乾燥，勿淋浴或坐浴，可用毛巾洗擦身體，勿用塑膠類包住石膏。
4. 若是感到局部有癢感可輕拍石膏表面。



◆若返家後有下述之不適請盡速就醫

1. 肢體感到壓迫、摩擦的疼痛、遠端肢體患肢疼痛不止或伴有發燒的情形。
2. 石膏外發現滲液或血水或有異味。
3. 感覺石膏太緊而難過或是邊緣太尖銳有磨傷皮膚的情況。
4. 感覺石膏太鬆破裂或軟化等情形。
5. 石膏內泛白、發青、變冷，以及上石膏的肢體遠端手指、腳趾有疼痛、麻木及持續的刺痛感。
6. 石膏脫離本來的位置或卡在肢體上無法上下。
7. 嬰孩上石膏後異常的哭鬧。

製作單位：ND

製作日期：99.06

修訂日期：113.06

DL-00-1-010



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您