

佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院急診

包石膏後護理指導

您已經過妥善治療，但返家後仍有若干事項需加以注意，若有任何疑問，

請電洽本院急診，電話：02-66289779-2113

1. 包石膏後石膏本身的溫度會升高約 30 分鐘後即會漸漸散熱，不可覆蓋棉被等以避免無法散熱之情形。
2. 石膏未乾燥前（24-48 小時才會完全乾燥），避免壓凹石膏，勿下床或負重。
3. 石膏乾燥的徵象為白色、發亮、無臭味、硬而脆，若未乾，則呈灰色、陰暗、有霉味、潮濕感。
4. 休息時抬高石膏：平躺休息時以枕頭抬高，坐著時可以椅子支撐平行或微高於臀部。
5. 返家後，每天檢查肢體末端，注意血液循環是否良好，下列現象表示循環不良應儘速回診：
 - (1)患肢持續或異常劇烈疼痛。
 - (2)指(趾)甲顏色異常蒼白、暗青色(發紺)與健康對側相比，顏色較不鮮紅。
 - (3)指(趾)端變冷。
 - (4)患肢感覺異常如持續麻或針刺感或突發性患肢溫度改變。
 - (5)石膏表面及邊緣有滲液、出血或石膏內感覺異常灼熱、惡臭、霉味
6. 做石膏內肌肉收縮運動，及小關節活動例如：患肢末稍指(趾)關節彎曲活動、手臂上石膏者做握拳、放鬆的重覆動作以防肌肉萎縮；
7. 避免弄濕石膏及在石膏上施重加壓，以免造成石膏斷裂。
8. 若石膏不小心弄濕，請使用冷風吹乾。
9. 定期返診。

資料來源

- 袁素娟(2021)．肌肉骨骼系統疾病之護理．劉雪娥 總校閱，成人內外科護理下冊．(八版，542-552 頁)．華杏。