



مراقبت از گچ و آتل



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی کردستان
کلینیک ویژه تخصصی سنندج



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی کردستان
کلینیک ویژه تخصصی سنندج



- ۱۳** در صورت بروز علایم زیر به پزشک مراجعه کنید:
- تشدید درد که با مسکن بهبود نیابد.
 - تشدید تورم که با بالا نگه داشتن و کمپرس سرد بهبود نیابد.
 - تغییر رنگ غیر طبیعی یا سردی انگشتان.
 - احساس بی حسی یا گزگز شدن انگشتان.
 - احساس بوی بد یا تاول در زیر یا اطراف گچ.
 - بروز تب.
 - شکستن یا سوراخ شدگی یا ترک گچ.
 - خونریزی از داخل گچ.
 - درد و گرفتگی عضلات داخل گچ.
- ۱۴** هرگز شخصاً اقدام به باز کردن گچ نکنید.
- ۱۵** باز کردن گچ نیاز به اره های مخصوص دارد که فقط ایجاد لرزش می کند ولی باعث آسیب و زخمی شدن پوست نمی شود، نگران نباشید.
- ۱۶** لاغری و ضعف عضلات زیر گچ پس از باز کردن گچ طبیعی است و با تمریناتی که پزشک به شما خواهد گفت به زودی به شکل و قدرت اولیه باز می گردد.

راهنمای مراقبت از گچ و آتل

گچ یا آتل یک پوشش محافظ سخت و محکم است که بر روی یک لایه نرم پنبه قرار گرفته و کاملاً شکل اندام را به خود می‌گیرد. گاهی در صورت وجود تورم شدید اولیه در ابتدا آتل بندی انجام شده و پس از چند روز با کاهش تورم اندام، گچ گیری انجام می‌شود. آتل مثل یک نیمه گچ عمل می‌کند.



گچ‌گیری

نکات پس از ترخیص

- ۱ زمان خشک شدن گچ به نوع آن بستگی دارد. (گچ های معمولی ۲۴-۴۸ ساعت و گچ های فایبر گلاس حداکثر ۲-۱۲ ساعت).
- ۲ تا زمان خشک شدن، از راه رفتن، تکیه کردن و ایجاد فشار خودداری کنید.
- ۳ به هیچ وجه گچ را خیس یا مرطوب نکنید.
- ۴ قبل از حمام کردن یک حوله را به دور لبه بالای گچ بپیچید سپس یک روکش پلاستیکی را کاملاً روی گچ بکشید.
- ۵ در صورت خیس شدن به هر علت آن را با سشوار یا باد خنک خشک کنید.
- ۶ در طول چند روز اولیه پس از گچ، اندام به طور کامل بالا قرار گیرد و آویزان نشود، می‌توانید از چند بالش در طول گچ استفاده کنید.
- ۷ برای بهبود جریان خون، مرتباً انگشتان خود را تکان داده و خم و راست کنید و همچنین عضلات زیر گچ را منقبض کنید.

۸ در صورت وجود تغییر رنگ و دما و وجود کبودی با رنگ پریدگی یا سردی به پزشک مراجعه کنید.

۹ اگر در روزهای اول در اثر تورم احساس درد و نارحتی گردید برای کاهش آن می‌توانید از کمپرس سرد استفاده کنید و در صورت تجویز پزشک مسکن مصرف کنید.

۱۰ احساس خارش خفیف در زیر گچ یک عارضه ی شایع است.

۱۱ هیچ جسمی را وارد گچ نکنید و پنبه های داخل گچ را خارج یا اضافه نکنید.

۱۲ انجام هر گونه ورزش و رانندگی با گچ یا آتل خودداری کنید.

