

上石膏病人衛教指導

❖ 上石膏前指導

- 1.於上石膏前一天清洗或擦拭要上石膏的肢體。
- 2.勿於肢體（患處）皮膚塗抹乳液。

❖ 上石膏後指導

- 1.10-15分鐘後會感覺患處有灼熱感，此時是石膏準備變硬的時間。
- 2.勿使用指尖壓凹石膏，以免石膏變形造成肢體（患處）被壓迫。
- 3.石膏若已乾燥（約6小時）由護理人員測試，應會有硬及清脆的“喀喀”的聲音，且外觀發亮、無臭味。
- 4.上石膏後肢體的末梢（如手指末端；腳指末端）應是溫暖；若是冰冷、發紫表示血液循環差，須再由醫師評估石膏的鬆緊度，是否須重新固定。
- 5.上石膏肢體要做肌肉收縮運動以維持肌肉張力，防止肌肉萎縮。
- 6.上石膏後肢體若發癢不可用異物或尖銳物品伸入石膏內搔癢，以免造成皮膚破損，可用冷風朝石膏開口吹。
- 7.上石膏後，石膏外不可塗鴉及上油漆或用塑膠布覆蓋，以免造成密不通風。
- 8.上石膏後肢體在洗澡時宜小心，不可使水滲入石膏內，若已滲入應用冷風吹乾。
- 9.不可自行拆卸石膏以免傷害肢體及皮膚。
- 10.躺臥時，可抬高上石膏肢體，應高於心臟位置，以利血液循環。
- 11.返家後若有下列情形，需立即回診：①患肢腫脹蒼白、發紫、麻木。②石膏斷裂、粉碎。③石膏太緊、太鬆。④患肢特別刺痛、不舒服感。
- 12.若已拆除石膏，勿用力搓洗皮膚，可用清水或中性肥皂清洗，若皮膚完整可擦抹乳液，以避免皮膚乾燥。
- 13.石膏拆除後有肌肉無力或關節僵硬、疼痛仍需支托患處，不可於關節處施壓，以免造成肢體損傷，必須漸進性的運動，使關節僵硬處逐漸改善。

參考文獻：

鄧崇勳、李素貞、袁光霞、吳依蘋(2017)·肌肉骨骼系統病人的護理·於林貴滿等編著，*內外科護理技術*（八版，412~418）·台北市：華杏。

袁素娟(2016)·肌肉骨骼系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理下冊*（七版，544~555）·台北市：華杏。

