

# 石膏患者注意事項

經骨科醫師檢視

## ◆ 石膏護理

1. 觀察石膏外觀是否龜裂、發霉、變軟、變鬆或破裂的情形，以確保石膏的治療功能。
2. 保持石膏清潔、乾燥，以預防石膏變形或變軟。
3. 石膏勿與硬物撞擊，避免施力、負重。
4. 如不小心弄濕時，可用吹風機吹乾，切勿自行拆除石膏。

## ◆ 皮膚護理

1. 每日評估石膏邊緣的皮膚，注意有無摩擦、腫脹、或膚色改變的現象。
2. 保持皮膚清潔及乾燥。
3. 若石膏內皮膚癢時，不可伸入任何東西到石膏裡面抓癢，造成皮膚破損。
4. 石膏內的襪套及鋪棉有保護作用，不可將其拉出。

## ◆ 姿勢及運動

1. 移動時，要適當支托石膏，以預防重心不穩而發生跌倒意外。
2. 抬高石膏肢體，以促進血液回流，減輕肢體腫脹。
3. 手臂石膏：
  - a. 下床時，使用三角巾支托整個手臂，並使手指高於肘部，以促進血液循環，減輕腫脹。
  - b. 定期抬高上石膏的手臂使其高過頭部，且經常活動每隻手指，以防肩關節僵硬。



林新醫院  
臺中市南屯區惠中路三段36號  
電話：04-2258-6688#1780



烏日林新醫院  
臺中市烏日區榮和路168號  
電話：04-2338-8766

#### 4. 腿部石膏：

- a. 石膏不可負重或踩踏，以避免變軟、破裂。
  - b. 下床時，可藉助輔具（例如：拐杖、助行器、輪椅），以確保安全的移動。
  - c. 初期下床活動時，血液迅速流入腿部，會感到疼痛不適，是正常的現象，可依照醫師指示，逐漸延長下床時間來改善不適情形。
  - d. 沒有步行時要抬高腿部，避免長時間站立和坐著，以避免腫脹。
5. 石膏肢體請遵照醫師指示做肌肉運動，其他正常關節均要做關節活動，以維持關節的活動度

#### ◆ 與石膏有關的合併症

如患肢上石膏後，有下列情況應立即至急診室診治：

1. 上石膏患肢持續性疼痛、腫脹。
2. 上石膏患肢蒼白、發紺（發青或發黑）。
3. 上石膏患肢感到麻木、脈搏消失。
4. 上石膏患肢皮膚冰冷。
5. 上石膏患肢感臭味或滲出液流出。

#### ◆ 移除石膏

1. 石膏固定時間，依患者年齡、骨折部位、骨折情形而時間不一，應遵循醫囑按期前來門診追蹤。
2. 石膏拆除後輕柔地練習恢復各關節之活動。