

آموزش‌های بدو بستری :

1- دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است را تا زمان ترخیص نگهداری کنید.

2- به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد.

3- حتما قبل از خروج از تخت ۱۰ دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد. و سپس اقدام به خروج از تخت نمایید.

4- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار، به پرستار اطلاع دهد.

5- نام پزشک خود را بدانید و نام پرستار خود را در هر شیفت پرسید.

6- درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سؤال کنید.

آموزش‌های حین بستری :

مراجعه کننده محترم ضمن آرزوی بهبودی برای شما لطفا جهت بهبودی و کنترل سریعتر عضو آسیب دیده، نکات زیر را در مراقبت از گچ / آتل گچی رعایت فرمایید.

تا زمان خشک شدن گچ / آتل گچی از تکیه کردن یا وارد کردن هرگونه فشار بر آن خودداری کنید گچ های معمولی ۲۴ تا ۴۸ ساعت و گچ های فایبر گلاس ۲ تا ۱۲ ساعت بعد خشک میشوند

از مرطوب یا خیس کردن گچ / آتل گچی خودداری کنید در صورت مرطوب شدن از جریان هوا (سشوار یا باد خنک) استفاده کنید در صورت خیس شدن پنبه های زیر گچ جهت تعویض آن مراجعه نمایید.

*به جهت کاهش درد و تورم عضو را بالاتر از سطح نگه دارید (در هنگام خواب با قرار دادن بالش عضو را بالاتر از سطح نگه دارید)

*برای بهبود جریان خون در روز های اول هر نیم تا یک ساعت چند بار انگشتان خود را تکان دهید. در روزهای بعد هم تا حد امکان اینکار را انجام دهید.

*از بی حرکتی کامل به جهت پیشگیری از ترمبوز و رکود خون بپرهیزید.

*به جهت پیشگیری از ضعف اندام عضلات عضو آتل یا گچ گیری شده را منقبض کرده و رها کنید.

*انگشتان خود را از نظر رنگ و دما بررسی کنید.

*احساس خارش زیر گچ شایع است از لوازم نوک تیز برای رفع خارش استفاده نکنید (باد خنک سشوار کمک کننده است)

*روی گچ / آتل راه نروید و از عصا کمک بگیرید.

*از انجام ورزش و رانندگی تا زمان اجازه پزشک خودداری کنید.

نام خدا



دانشگاه علوم پزشکی تبریز
مرکز آموزش و درمانی سینا

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

گچ

تایید کننده علمی: اساتید ارتوپدی

تدوین: 1399

تاریخ بازنگری: 1404

سایت بیمارستان سینا
[/https://sinahosp.tbzmed.ac.ir](https://sinahosp.tbzmed.ac.ir)

*رنگ غیر طبیعی انگشتان / سردی و عدم
حرک انگشتان

*احساس بی حسی، گزگز، خواب رفتگی،
ضعف در اندام

*احساس سوزش و گرمی، التهاب یا قرمزی زیر
آتل

پزشک معالج گچ شما را با یک اره مخصوص
برش می‌دهد تا بتواند آن را راحت تر خارج
کند. تیغه این اره ها حرکت چرخشی ندارد
بلکه سر جای خود می‌لرزد لذا فقط اجسام
سخت مث گچ یا فایبر گلاس را می‌برد و وقتی
به پوست میرسد و با آن تماس پیدا می کند
آسیبی به آن وارد نمی کند.

آموزش‌های حین ترخیص:

*به زمان بازکردن گچ/آتل گچی طبق دستور
پزشک دقت کنید (استفاده طولانی باعث
اختلال در عضو و باز کردن پیش از موعد نیز
باعث اختلال در روند درمان و مشکل در عضو
آسیب دیده خواهد شد.)

حتما قبل از باز کردن گچ یا آتل توسط
پزشک متخصص ارتوپد ویزیت شوید.

در صورت بروز علایم زیر به پزشک یا
اورزانس مراجعه نمایید:

*تشدید درد به صورتی که در دو نوبت به
مسکن‌های معمولی پاسخ ندهد. تشدید
تورم که با بالا نگه داشتن و کمپرس سرد
بهبود نیابد.