

石膏的卫教

- 石膏的作用
- 上石膏后的注意事项
- 上石膏后复健运动
- 远端末梢循环皮肤的观察
- 出院注意事项
- 去除石膏后注意事项

一、石膏的作用

- (一) 给予受伤部位支持及固定。
- (二) 预防或矫正肢体的畸形。

二、上石膏后应注意事项

- (一) 包覆石膏后最初 10-15 分钟有温热感，为石膏散热的正常现象，请勿担心。



图一 石膏散热

- (二) 上石膏的患肢应抬高 45°，使血液循环畅通。



图二 抬高患肢 45°

- (三) 24 小时内不要覆盖棉被、衣服，并避免石膏接触水份，以利石膏尽速干燥定型。



图三 上石膏 24 小时内不要覆盖

- (四) 若上石膏的肢体有疼痛、肿胀、麻木、冰冷或苍白时，请立刻告知医护人员。
- (五) 当上躯体石膏固定后，如需使用便盆时，应将床头垫高，以免倒大小便倒流，以致石膏周围受到大小便渗入污染。
- (六) 勿以抓痒器具深入石膏缝内，勿以坚固物体碰撞石膏。
- (七) 勿将石膏放在尖锐面上，勿弄脏石膏，勿弄湿石膏。
- (八) 翻身活动时注意安全，避免肢体受压迫。

三、石膏患肢的复健运动

- (一) 对指运动(一指对一指)。
- (二) 张指运动(每指头离开中指部)。
- (三) 内收(每指头紧靠中指部)。
- (四) 外展(每肢手指离开中指方向，达最大运动范围)。
- (五) 股四头肌运动(患肢足跟及膝部下压，大腿紧缩状)。
- (六) 足背伸展运动(脚向脚底方向伸展)。
- (七) 足背屈曲运动(脚向脚底方向屈曲)。



图五 手臂上石膏后手部的复健



图六 下肢上石膏后手部的复健

四、远端末梢皮肤照护

- (一) 皮肤保持清洁和干爽，必要时可涂抹乳液。
- (二) 末梢皮肤适当保暖，以促进血液循环。
- (三) 养成规律性、定时观察皮肤状况的习惯。
- (四) 避免患肢受压及依医师指示进行复健运动，以提供末梢肢体充足的血液

循环。

(五) 避免骨突处皮肤受损，若有破皮及分泌物时，应立即通知医师处理。

(六) 采均衡饮食，以供给皮肤养份所需。

五、出院后注意事项

出院后石膏固定患肢尽量抬高，如果持续性或渐进性疼痛、严重肿胀、出现臭味或渗液流出及石膏变形、断裂、太紧或太松等情形请及时回诊。

六、去除石膏后之注意事项

(一) 用温水清洗皮肤。

(二) 勿用手抓皮肤。

(三) 润滑皮肤，如使用乳液等。

(四) 依医师指示进行复健运动。

本著作非经著作权人同意，不得转载、翻印或转售
著作权人厦门长庚医院