

## 石膏固定後病人須知

1. 抬高患肢以減輕腫脹和疼痛，並以軟枕頭墊高局部。
2. 運動石膏上和下的可動關節以幫助血液循環減少腫脹，更可以減少關節僵硬及肌肉萎縮，因而保持功能完整性。
3. 不可用打石膏的腳走路，除非醫師特別要求。
4. 保持石膏乾燥，因為水分會使石膏變軟，而失去固定功能。
5. 石膏請勿自行拆除或去除石膏下棉捲。
6. 如患肢有下列現象應立即來院處理：
  - (1) 手腳冰冷蒼白。
  - (2) 嚴重腫脹。
  - (3) 手腳有麻木感。
  - (4) 石膏內任何部位疼痛，可能指示著循環有問題或石膏有造成局部的壓傷。
  - (5) 手腳發青。
  - (6) 持續性劇痛或感覺遲鈍。
  - (7) 有任何臭味或滲出液從石膏中溢出。
7. 石膏固定之時間不一，應遵照醫囑按時前來拆除。
8. 假如告訴您需要返院複診則要繼續返院檢查，因為嚴重的骨骼破裂需要密切注意和常常檢查。
9. 石膏拆除後應儘可能練習各關節之運動，恢復各關節之功能以防僵直及肌肉萎縮。
10. 按醫囑定期返院做門診複查。
11. 若醫師讓您穿上石膏鞋，則您必須時刻穿著，在睡前才能脫。
12. 不可用任何東西伸進石膏模型內抓癢，可能會引起破皮或發炎。
13. 避免以石膏模型撞擊或敲打硬的物品。
14. 避免用棉花或衛生紙，塞入石膏模型的邊緣，以免掉入模型內造成壓迫影響血液循環。
15. 絕不自行切割或剪斷石膏模型。
16. 拆除石膏日，因皮膚長時間未接觸水份，較敏感及脆弱，不要用力搓洗；宜用溫水清洗及抹上保養液。