

打石膏後我該怎麼辦

很不幸地您受了傷，為了支持保護受傷的骨頭與軟組織、減少疼痛、促進復原，我們幫您打上了石膏（夾板）。

一、為求順利康復、避免病情發生變化，請注意配合以下事項

1. **消腫止痛**：骨頭與軟組織受傷後 72 小時內，會因腫脹而感到不適，為了消腫止痛、加速復原，請將受傷的部位墊高過心臟的水平位置，適當地活動斷處遠端的手指或腳趾，並在不弄濕的前提下給患處冰敷，以利血液回流，並達到消腫止痛的目的。
2. **保持乾燥與清潔**：不論是傳統石膏或是樹脂石膏，請盡量保持清潔與乾燥。不要自行拉扯裡面的襯墊，不要自行剝、敲打或做任何可能損壞石膏的動作，也不要因為裡面發癢，就以硬物深入搔癢或是自己敷用任何藥膏、藥粉或藥水。
3. **定時觀察**：請每天隨時觀察，看看石膏夾板固定附近的皮膚顏色是否如常、有沒有腫脹？石膏是否完整、有無破損或是軟化？
4. **定時服藥及門診追蹤**：請定時定量服用藥物，並且到骨科門診繼續追蹤治療。

二、如有下列情形，請立刻回診

1. 疼痛越來越厲害，腫脹、石膏覺得越來越緊。
2. 受傷的肢體會覺得麻、刺痛、有燒灼或是感覺異常。
3. 石膏夾板固定的肢體遠端，越來越腫，或是手指腳趾活動越來越困難。

參考資料

林笑、吳翠娥、李和惠、邱飄逸、羅曉芬（2019）。骨節、肌肉、關節疾病病人之護理。於胡月娟（總校閱）。內外科護理學（六版，下冊，920-1004 頁）。台北：華杏。
胡勝川（2017）。急診醫學醫療手冊（第七版，321-327 頁）。新北：金名。

院址：600 嘉義市忠孝路 539 號 網址：www.cych.org.tw 諮詢服務電話：05-2765041

急診：轉 1991、1992 護理部 急診制訂／護理指導組審閱

編號 M007 修訂日期：2019 年 05 月 24 日 審閱日期：2020 年 05 月 08 日