

石膏護理需知

(一) 未完全乾透時:

1. 打石膏的過程中會產生微熱，這是正常現象，請勿擔心。
2. 勿以硬物敲撞石膏，應以柔軟物料(例如枕頭)平均承托。
3. 不要活動濕石膏裡的關節。
4. 不要用未乾透的石膏行走及承托身體重量。
5. 請在陰涼地方休息，讓石膏自然乾透。
6. 避免石膏受熱力直接接觸。
7. 石膏表面乾透需約二至三小時，而石膏完全乾透需約四十八至七十二小時。



(二) 已完全乾透時:

1. 不要將石膏弄濕若洗澡時，可用膠袋暫時包裹。
2. 不要將硬物伸進石膏內搔抓。
3. 不要將清潔液及消毒水倒進石膏。
4. 須由物理治療師教導用拐杖或助行器走路，如無附加膠腳踏，勿以石膏觸地行走。
5. 若石膏內外不小心被水沾濕，可用風筒用冷風慢慢吹乾。

- (三) 盡可能把傷肢提高於心臟水平，以助血液回流，預防或減少傷肢腫脹。

(四) 遵照醫生及物理治療師的指示進行運動，以保持四肢活動，促進血液循環，減少腫脹，有助骨折復原。

(五) 按時覆診，切勿自行更改或拆除石膏。

(六) 如有下列情況出現，可向有關醫護人員查詢或因院診治：

- ✧ 石膏內的部位出現劇烈及持久之痛楚。
- ✧ 石膏遠端的手指或腳趾感覺有針刺或麻痺、失去活動能力、腫脹、轉藍或蒼白。
- ✧ 石膏內有臭味及有膿液、血水滲出。
- ✧ 石膏太緊、太鬆或破裂。



澳門醫院矯形及創傷科

