

石膏

如何護理您的石膏

請務必：

- 不要弄濕、加熱或試圖彎曲您的石膏
- 不要用筆、針織棒、尺等刮擦石膏下的皮膚，因為這可能會導致皮膚受傷。
- 在最初的 48 小時內要特別小心，以確保石膏能夠乾透
- 洗澡時用茶巾或手巾蓋住石膏，並在上面套上塑膠袋
- 檢查且確保手指和／或腳趾沒有滑進石膏內
- 在打上石膏後的48小時內，每天多次觀察受影響的手／手指或腳／腳趾：
 - 溫度－觸摸時應感到溫暖或微涼（與另一邊肢體相同）
 - 皮膚顏色－應該與另一邊肢體相同
 - 活動－可能會減少
 - 感覺－應該與另一邊肢體相同
 - 腫脹－最初腳趾、手或手指腫脹是正常的，接下來的幾天內腫脹會逐漸退去。

如果您對以上有任何疑慮，請諮詢您當地的醫生或到最近的急診部。

繃帶護理

石膏與皺摺繃帶

- 需要每天重新包紮以保持石膏的牢固。您需要每天在原有的繃帶上牢固地重新纏上皺摺繃帶。不要撕掉原來的繃帶。
- 護士或醫生會教您如何從手指或腳趾開始往上包紮。
- 出院時會給您一條皺摺繃帶。

石膏與彩色彈性繃帶

無需重新包紮。

全套（合成/玻璃纖維）石膏

無需重新包紮。

日常活動

佩戴吊帶（如果有提供）一直到您的孩子能正常移動手臂為止。這有助於減輕腫脹，並有助於緩解疼痛和康復。

使用助行器（拐杖）－如果有提供的話。

建議您：



- 鼓勵患肢手指或腳趾的積極活動
- 不要進行體育運動
- 在適應之前不要上學
- 如果孩子情緒不穩定、易怒或食慾下降，請就醫。
- 保持石膏穩固，以獲得良好的支撐。

在最初的 24–48 小時內，將孩子受傷的肢體抬高或舉高（例如坐著或睡覺時在石膏下墊個枕頭）可能會讓孩子感覺更舒服。這有助於減輕腫脹和疼痛。

緩解疼痛

建議您：

- 如果需要，可以根據包裝上的說明給予撲熱息痛（paracetamol）或布洛芬（ibuprofen）來緩解疼痛。
- 如果藥物無法緩解疼痛，請就醫。

後續護理

- 複診間隔時間的長短因受傷的性質而有所不同。
- 我們會通知您預約回診時間，或提供一個電話號碼讓您致電安排預約。

聯絡

如果您出院後對以下任何事情有任何疑慮：

- 石膏內手指／腳趾的疼痛、腫脹、顏色變化、觸覺減退或活動減少。
- 石膏看起來軟、鬆動或有裂痕。
- 石膏內部皮膚受感染（石膏散發出異味，您的孩子發燒）。

那麼請帶您的孩子去看當地的醫生或到最近的急診部。



Government of Western Australia
Child and Adolescent Health Service



兒童與青少年健康服務

15 Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009.

電話：(08) 6456 2222

由急診部製作

參考號: 216.12 © CAHS 2023

如有需要，本文件可以根據殘疾人士的要求以其他格式提供。

免責聲明： 本出版物僅用於一般教育和資訊目的。如需任何醫療建議，請聯繫專業的醫療人員。
© 西澳州，兒童和青少年健康服務。