

## قالب های گچ گیری

### چطور از گچ گیری خود مراقبت کنید

این مهم است که شما:

- گچ گیری تان را خیس نکنید، حرارت ندهید یا سعی نکنید آن را خم کنید
- پوست زیر گچ گیری را با خودکار، سوزن بافندگی، خط کش و غیره خراش ندهید، چون این ممکن است باعث صدمه به پوست بشود.
- در ۴۸ ساعت اول مراقبت بیشتری داشته باشید تا گچ گیری به خوبی خشک شود
- روی گچ گیری را با یک حوله کوچک یا حوله دستی بپوشانید و در موقع حمام، یک کیسه پلاستیکی روی آن قرار دهید.
- چک کنید که انگشتان دست و/یا انگشتان پا داخل گچ گیری لیز نخورند
- در ۴۸ ساعت اول پس از اینکه گچ گیری می شود، چندین بار در روز دست / انگشتان دست یا پا / انگشتان پای آسیب دیده را نگاه کنید:
  - دما – در موقع لمس باید گرم یا کمی خنک باشد (مثل دست/پای دیگر)
  - رنگ پوست – باید با رنگ اندام (دست/پا) دیگر یکی باشد
  - حرکت - ممکن است کاهش داشته باشد
  - حس – باید با حس اندام (دست/پا) دیگر یکی باشد
  - تورم – تورم انگشتان پا، دست ها یا انگشتان دست در ابتدا طبیعی است و بعد باید به تدریج در چند روز آینده از میزان آن کاسته شود.

اگر در باره موارد بالا نگرانی دارید، لطفاً به پزشک محلی یا نزدیکترین بخش اورژانس تان مراجعه کنید.

### مراقبت از بانداژ

#### گچ گیری با بانداژ کرب

- بانداژ مجدد روزانه گچ گیری برای محکم نگه داشتن آن لازم است. شما باید هر روز یک بانداژ کرب را محکم روی بانداژ موجود مجدداً استفاده کنید. بانداژ اصلی را بردارید.
- پرستار یا پزشک به شما نشان خواهد داد که چطور بانداژ را از انگشتان دست یا انگشتان پا شروع کنید و بطرف بالای آن اندام ادامه دهید.
- قبل از ترک بیمارستان به شما یک بانداژ کرب داده خواهد شد.

#### گچ گیری با بانداژ رنگی لاستیکی

نیازی به بانداژ مجدد نیست.

#### قالب کامل (مصنوعی/فایبر گلاس)

نیازی به بانداژ مجدد نیست.

#### فعالیت روزانه

یک بند (اگر به شما داده شده است) بپوشانید - تا زمانی که فرزندتان به طور معمول بازویش را حرکت دهد. این به کاهش دادن تورم و کمک در مورد درد و بهبودی کمک خواهد کرد.

از وسایل کمکی راه رفتن (عصا) استفاده کنید - اگر داده شده است.

توصیه می شود که شما:

- حرکت فعال انگشتان دست یا انگشتان پای آسیب دیده را تشویق کنید
- ورزش نکنید
- تا زمانی که راحت نیستید در مدرسه حاضر نشوید
- اگر فرزندتان بیقرار است، تحریک پذیر است یا کاهش اشتها دارد، به پزشک مراجعه کنید
- برای حمایت خوب، گچ گیری را محکم نگه دارید.

فرزندتان ممکن است برای ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول این کار را راحت تر یابد که اندام مجروح را بالا بیاورد (بلند کند) (به عنوان مثال بالش زیر گچ گیری در موقع نشستن یا خوابیدن). این می تواند به کاهش دادن تورم و درد کمک کند.

### مسکن

توصیه می شود که شما:

- پاراستامول یا ایبوپروفن را در صورت نیاز طبق دستورالعمل در روی بسته، برای درد بدهید.
- اگر درد با دارو تسکین نمی یابد، به پزشک مراجعه کنید.

### مراقبت های بعدی

- طول زمان بین جلسات پیگیری بسته به ماهیت صدمه متفاوت خواهد بود.
- یا به شما در مورد زمان قرار ملاقات تان اطلاع داده خواهد شد یا شماره تلفنی برای تماس داده خواهد شد که قرار ملاقات تان را ترتیب دهید.

### تماس بگیرید

اگر بعد از ترخیص، در باره هر یک از موارد زیر نگرانی دارید:

- درد، تورم، تغییرات رنگ، کاهش حس یا حرکت انگشتان دست/پا در داخل قالب گچ گیری.
- قالب گچ گیری نرم، شل به نظر می رسد یا ترک دارد.
- پوست داخل گچ گیری عفونی شده است (بوی بد قالب، فرزندتان تب دارد).

در این صورت لطفاً فرزندتان را نزد پزشک محلی یا نزدیکترین بخش اورژانس ببرید.

**Child and Adolescent Health Service**  
Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009 15

تلفن: (08) 64562222

تولید شده توسط: بخش اورژانس

مرجع: CAHS 2023 © 216



**Government of Western Australia**  
**Child and Adolescent Health Service**

**رفع مسولیت:** این نشریه برای ارائه اطلاعات و آموزش عمومی ترتیب شده است. برای دریافت هرنوع توصیه پزشکی مورد نیاز، لطفاً با متخصصین مراقبت بهداشتی مجاز تماس بگیرید.

© State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service

این سند در صورت درخواست، در فرمت های جایگزین برای اشخاص معلول قابل دسترس است.