



石膏病人之護理指導

- 一、保持石膏的乾燥與乾淨。(普通石膏需 24-48 小時才會完全乾燥，需保持通風)。
- 二、繼續患肢的肌肉運動，並時常抬高患肢，避免腫脹與酸痛。
- 三、善待您的石膏，不可用患肢來踢球或作激烈運動，因為這樣不僅石膏容易破損，繼而導致第二次骨折。

四、石膏乾燥過程的注意事項：

- (一)促進環境中空氣的流通以增加濕氣的蒸發，並可加速乾燥。
- (二)石膏肢體需暴露出來，不可覆蓋被褥或衣物。
- (三)不要使用烤燈或吹風機來加速乾燥。
- (四)在無禁忌下可協助個案翻身，以增加暴露於空氣中的石膏面積。
- (五)在上石膏後的最初 10-15 分鐘肢體會有灼熱感，此乃正常現象，此種感覺會逐漸消失。

五、如果您有下列情形，應立即返診：

- (一)當您包石膏的肢體有出血的現象。
- (二)若是因為腫脹太厲害或石膏包太緊，導致肢體血液循環不良時，會先有劇痛或指甲變紫等症狀，若不處理，將演變成麻木或無知覺，最後會有肌肉麻痺及動脈搏動消失的現象，故必須時時注意。
- (三)腳踝、腳跟及骨突處，若有局部的麻刺和疼痛感，需立即通知醫護人員處理。
- (四)石膏若不慎斷裂或破損時，千萬不可自行修補，因為石膏的斷裂表示裡面的骨頭可能移位。
- (五)當指（趾）頭不能活動時，可能是循環不良或受壓。

中心診所醫療財團法人中心綜合醫院



106 台北市大安區忠孝東路 4 段 77 號

(02)2751-0221 <http://www.clinic.org.tw>

六、出院返家時帶著石膏照護重點包括：

- (一) 經常評估神經血管的功能，注意肢體的感覺、皮膚及指甲的顏色。若有任何麻木或刺痛感或顏色發白時，要立即返院就醫。
- (二) 如果活動後發生肢體腫脹時，可將肢體抬高於心臟，以改善末稍循環。
- (三) 保持石膏的清涼乾燥，不可弄濕，以防變形。洗澡時，需保持石膏之清涼乾燥，以塑膠袋包住石膏處，防止石膏弄濕。
- (四) 若包石膏內的皮膚搔癢可使用吹風機的冷風吹入石膏或輕拍石膏，不可拿異物至石膏內以防抓傷皮膚。
- (五) 石膏肢體需做肌肉等長運動及伸展活動，預防肌肉關節廢用現象。
- (六) 定時門診追蹤檢查。

石膏繃帶包紮須知

- 一、如有下列情形時，不論日夜務必即刻來院急診，切勿延誤時間已致發生不能挽救之殘廢：
 - (一) 足趾有麻木或劇烈疼痛感覺
 - (二) 手指或足趾有腫脹、發紫、發青白時。
 - (三) 內部肢體有劇痛或局部壓痛
 - (四) 足趾運動發生障礙時。
- 二、若石膏繃帶包紮後並無上述現象時，請勿隨意破壞石膏繃帶之任何部位，以免因此而惹起不良後果。若有不適現象，應來院門診後由醫師決定適當之處 理方法。
- 三、若遇天氣冷時，對暴露在石膏繃帶以外之手指或足趾應加保暖，並須時常觀察是否有上述各項情形發生。



石膏固定之護理指導

- 一、將患肢吊高或墊高，有助於血液循環，減少腫脹及疼痛。
- 二、露於石膏外之手指或腳趾應經常活動及包紮石膏內之肌肉亦應保持運動，以幫助血液循環、減少腫脹，更可減少關節強直及肌肉萎縮而能保持患部功能的完整。
- 三、不可用打石膏的腳走路，除非醫師特別要求。
- 四、如患肢有下列現象，應立即來急診室診治：
 - (一)手腳冰冷。
 - (二)手腳麻木。
 - (三)手腳發青。
 - (四)持續性據痛。
 - (五)嚴重之腫脹。
 - (六)石膏內任何部位疼痛。
 - (七)臭味或滲出液從石膏中溢出。
- 五、石膏請勿自行拆除並保持清潔、乾燥。
- 六、按醫囑定期返院做門診複查。
- 七、石膏固定之時間不一，應遵照醫師囑咐，按期前來拆除。
- 八、石膏內的皮膚發癢時，不可試著插入任何東西到石膏裏面抓癢，尤其是有傷口縫線的部位。
- 九、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，以防強直。

參考資料：

林貴滿(2023). 內外科護理技術. 華杏.