



بیمارستان شهید محمد منتظری

## مراقبت از گچ یا آتل گچی



تاریخ تدوین : ۱۳۹۹/۰۴/۱۷  
تاریخ بازنگری : ۱۴۰۴/۰۹/۱۰  
تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۷/۰۹/۱۰  
کد : MH.BR.PE.GEN.۲۴۸  
واحد آموزش به بیمار

## مراقبت از گچ و آتل چگونه است

در مراقبت از گچ و آتل به نکات زیر توجه کنید:

\* گچ یا آتل را خشک نگه دارید. رطوبت گچ را ضعیف و شل میکند. گرچه ممکن است فکر کنید آب بر استحکام و دوام فایبرگلاس تاثیری ندارد ولی خیس شدن لایه پنبه ای که بین فایبرگلاس و پوست قرار گرفته، میتواند موجب مشکلات پوستی شود. در حین حمام رفتن دو لایه پلاستیک را روی گچ یا آتل خود ببیچید تا آب به آن نفوذ نکند.

\* اگر پزشکتان به شما اجازه راه رفتن با گچ را داده است این کار را تا موقعی که گچ شما کاملا خشک و سفت نشده است انجام ندهید. این زمان برای فایبرگلاس یک ساعت و برای گچ ۲-۳ روز است.

\* اجازه ندهید ماسه یا پودری به زیر گچ شما برود.

\* باند پنبه ای که در زیر گچ یا آتل قرار داده شده است را بیرون نیاورید.

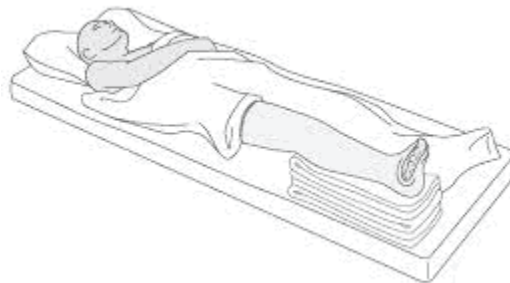
\* اگر پوست شما خارش داشت چیزی را برای خاراندن در زیر گچ نیرید. این کار ممکن است پوست شما را زخمی کند و چون روی پوست بسته است احتمال عفونت آن وجود دارد و اگر عفونت کند چون محل ، قابل دیدن نیست ممکن است متوجه آن نشده و برای شما خطر ایجاد کند. اگر خارش مداوم بود با پزشک معالج خود تماس بگیرید.

\* لبه های اضافی یا قسمت هایی از گچ یا آتل را بدون مشورت با پزشک، سر خود برش ندهید.

\* پوست دور گچ یا آتل را مرتب نگاه کنید. اگر قرمز یا زخمی بود به پزشکتان اطلاع دهید.

\* مرتب گچ یا آتل خود را نگاه کنید. اگر ترک برداشت به پزشکتان اطلاع بدهید.

\* از گچ یا آتل خود مراقبت کنید تا آن هم از اندام شما مراقبت کند.



\* پای گچ گیری شده را باید بالا نگه داشت تا ورم نکند

## گچ چگونه خارج میشود

هرگز خودتان گچ را خارج نکنید چون ممکن است در حین این کار به پوست خود صدمه زده یا فشار بیش از حد به اندامتان وارد کنید. پزشک معالج، گچ شما را با یک اره مخصوص برش میدهد تا بتواند آنرا راحت تر خارج کند.

تیغه این اره ها حرکت چرخشی ندارد بلکه سر جای خود میلرزد. بنابراین فقط اجسام سخت مثل گچ یا فایبرگلاس را میبرد و وقتی به پوست میرسد و با آن تماس پیدا میکند آسیبی به آن نمیزند.



**انگشتان دست یا پای شکسته شده را مکرراً حرکت بدهید.**

مقداری یخ خرد شده را در یک کیسه پلاستیکی خشک قرار آنرا در روی گچ یا آتل با فاصله زمانی متناوب در محل ضایعه دیده قرار دهید.

گاهی اوقات بعد از گچ گیری و با گذشت چند روز تا چند هفته به علت کاهش بیشتر تورم اندام، ممکن است گچ شل شود. در این حالت بهتر است گچ باز شده و گچ دیگری که فیت اندام است تهیه شود.

در بعضی مواقع بعد از اینکه شکستگی جوش خورد ، گچ باز شده و بجای آن از یک آتل استفاده میشود تا بیمار بتواند در طول روز چند بار آن را درآورده و حرکتی را برای اندام درگیر انجام داده و دوباره آنرا ببندد.

## چگونه از تورم اندام بدنبال گچ مقدار گچ گیری یا پیشگیری کنیم؟

گاهی اوقات در ۲-۳ روز اول بعد از گچ گیری ممکن است تورم اندام بیشتر شده و بیمار احساس کند گچ سفت شده و به اندامش فشار وارد میکند. برای ممانعت از این وضعیت باید به نکات زیر توجه کرد :

باید در چند روز اول بعد از گچ گیری دراز کشیده و یک یا چند بالش زیر اندام طوری قرار داد که ساق یا ساعد بالاتر از سطح قلب بیمار قرار بگیرد. با این کار خون و مایعات از اندام به طرف قلب بازگشت کرده و تورم کم میشود. در صورت ایجاد تورم هم میتوان با این اقدام تورم را کم کرد.

ممکن است شما از صدای اره بترسید ولی نگران نباشید. چون به شما صدمه ای نمیزند. کسی که گچ را خارج میکند میتواند با تماس تیغه اره به دست خودش به شما نشان دهد که اره به پوست آسیب نمی رساند.

## مراقبت از اندام گچ گیری شده چگونه است:

منظور از گچ گیری اندام استفاده از ماده ای مانند گچ یا فایبرگلاس برای ایجاد یک قالب محکم در اطراف اندام است تا از حرکات بعضی مفاصل آن جلوگیری شود.

از گچ و آتل در درمان [بیچ خوردگی مفاصل](#) و بی حرکت کردن شکستگی ها استفاده میشود.

هدف این است تا مفصل یا استخوان های اطراف آن برای مدتی بیحرکت باشند، تا آسیب های ایجاد شده در آنها یا مشکلات بافتی آنها بهبود یابد. آتل یک نوع قالب می باشد که یک طرف اندام را گرفته و از طرف دیگر باز است.

هم آتل و هم گچ باید طول کافی را داشته باشند. این طول باید به اندازه ای باشد که بتواند یک مفصل در بالای محل شکستگی و یک مفصل در پایین محل شکستگی را بیحرکت نگه دارد.

گاهی اوقات در روزهای اول بعد از شکستگی، چون اندام متورم است برای بیحرکت کردن محل شکستگی از آتل استفاده میشود و بعد از چند روز که تورم اندام کاهش پیدا کرد آتل با یک گچ کامل تعویض میشود.