

پلستر های گچی (برای شکستگی استخوان)

چطور از پلستر خود مراقبت کنید

این مهم است که شما:

- پلستر تانرا تر، حرارت یا قاط نکنید.
- پوست زیر پلستر را با قلم، سوزن بافندگی، خط کش و غیره اشیا نخارید، چون اینکار ممکن است باعث تخریش شدن پوست تان شود.
- در ظرف مدت 48 ساعت اول بیشتر مراقب باشید تا بگذارید که پلستر به خوبی خشک شود
- هنگام حمام کردن، پلستر را با یک دستمال کوچک یا دستپاک بپوشانید و سپس یک خریطه پلاستیکی را روی آن قرار دهید.
- چک کنید که انگشتان دست و/یا پای تان در داخل پلستر قرار نگیرند.
- در طی مدت 48 ساعت اول بعد از گچ گیری، چندین بار در روز دست/انگشتان دست یا پای آسیب دیده ای تانرا چک کنید:
 - حرارت – در موقع لمس باید گرم یا کمی خنک باشد (عین دست/پای دیگر تان)
 - رنگ پوست – باید عین رنگ دست/پای دیگر تان باشد.
 - حرکت - ممکن است کاهش پیدا کند
 - حس – باید عین دست/پای دیگر تان باشد
 - ورم – پندیدن انگشتان دست یا پا در ابتدا عادی است، و بعداً به تدریج در ظرف چند روز آینده کاهش می یابد.

اگر در باره نکات فوق کدام نگرانی دارید، لطفاً با داکتر یا نزدیکترین بخش عاجل شفاخانه محل تان مراجعه کنید.

مراقبت از بنداز

پلستر همراهی بنداز کرپ

- بنداز بندی روزمره پلستر تان لازم است تا آنرا محکم نگهدارد. شما باید روزمره یک بنداز کرپ را روی بنداز موجوده ای تان محکم ببندید. بنداز اصلی تانرا نه بردارید.
- نرس یا داکتر برایتان نشان خواهند داد تا چطور بنداز را ببندید، بدین معنی که بنداز بندی را از انگشتان دست یا پا شروع و بسمت بالای عضو بدن تان بپیچانید.
- قبل از ترک کردن شفاخانه یک بنداز کرپ برایتان داده خواهد شد.

پلستر همراهی یک بنداز لاشتیکی رنگه

بنداز بندی دوباره لازم نیست

پلستر (مصنوعی/فیبرگلاس) کامل

بنداز بندی دوباره لازم نیست

فعالیت روزمره



استفاده از یک گردنبند (اگر داده شود) -- تا زمانیکه طفل تان بتواند دست خود بطور عادی حرکت بدهد. این می تواند در کاهش دادن ورم کمک نماید و همچنان در قسمت کاهش درد و شفا یابی نیز مفید می باشد.

استفاده از وسایل راه رفتن (چوب زیربغل) -- در صورتیکه تجویز شود.

توصیه می شود که شما:

- سعی کنید که انگشتان دست و پای صدمه دیده ای تانرا فعالانه حرکت دهید
- ورزش نکنید
- تا زمانیکه خوب نشده اید به مکتب نروید
- اگر طفل تان ناآرام یا حساس است، یا اشتهای وی کم شده است، نزد یک داکتر مراجعه کنید
- برای حمایت خوب پلستر را محکم نگهدارید

با بلند نگهداشتن دست/پای صدمه دیده ای طفل تان (ذریعه یک بالشت در زیر پلستر هنگام نشستن یا خواب وی) در طی مدت 24 الی 48 ساعت اول، ممکن است وی کمتر احساس درد کند. اینکار می تواند در کاهش دهی ورم و درد کمک کند

تسکین درد

توصیه می شود که شما:

- برای تسکین درد می توانید تابلت پرستامول یا آیبوپروفین طبق هدایات داده شده در پاکت دوا مصرف کنید.
- اگر دوی مسکن مفید واقع نشود، نزد یک داکتر مراجعه کنید.

مراقبت های بعدی

- مدت انتظار برای قرار ملاقات های مراقبت بعدی نظر به نوع صدمه فرق می کند.
- تاریخ قرار ملاقات بعدی تان یا از طریق تلفون برای شما اعلام می شود یا یک نمبر تلفون برایتان داده می شود تا برای گرفتن قرار ملاقات بعدی با آن تماس بگیرید.

تماس

اگر بعد از رخصت شدن از شفاخانه، در باره کدام یک از نکات ذیل نگرانی دارید:

- درد، ورم، تغییرات در رنگ پوست، کاهش حس یا حرکت انگشتان دست/پا در داخل پلستر.
- پلستر نرم، شل یا درز شده بنظر برسد.
- پوست داخل پلستر عفونت کند (از پلستر بوی بد بیاید، یا فرزندتان تب کند).

در این صورت لطفاً فرزندتان را نزد داکتر یا نزدیکترین بخش عاجل شفاخانه محل تان ببرید.

Child and Adolescent Health Service
Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009 15
تلفون: (08) 64562222
ترتیب شده توسط: بخش عاجل
مرجع: CAHS 2023 © 4.216



Government of Western Australia
Child and Adolescent Health Service

رفع مسولیت: این نشریه برای ارائه معلومات و آموزش عمومی ترتیب شده است. با یک متخصص صحی معتبر برای دریافت هر نوع توصیه های صحی تماس بگیرید.

State of Western Australia, Child and Adolescent ©
Health Service

این نشریه در صورت درخواست، بشکل های جایگزین برای اشخاص معلول قابل دسترس است.