

發表醫師 發佈日期 2013/06/19

1. 石膏乾燥過程會有發熱感，石膏未乾前請保持通風，暫勿覆蓋，並放於軟枕上以防變形。
2. 請保持石膏乾燥，勿浸水，碰撞或以硬物敲擊，以防石膏變形或損壞。
3. 為促進血液循環，減輕腫脹及疼痛，請依下列方法執行：
 - (1)臥床時以枕頭墊高或抬高床尾，保持患肢高於心臟。
 - (2)露出石膏外的手指或腳趾，可常作關節運動。
 - (3)未能下床前，請作床上運動，如等長肌肉運動及抬高患肢運動，每日約300至500次。
4. 請勿將任何物品插入石膏內搔癢，以免皮膚破損，引發感染。
5. 請多攝取水分及含纖維質的蔬果，如：芹菜、木瓜、柑橘和葡萄柚等，以預防便秘，結石。
6. 依骨折部位不同，癒合時間亦不同，所以請依照醫師指示後再下床活動，下床時需使用輔助性用物，如：拐杖、助行器等，以確保安全。
7. 若有下列症狀，請立即返院診療：
 - (1)患肢疼痛或有分泌物流出。
 - (2)肢端冰冷、麻木、發紫、刺痛、腫脹、感覺喪失等。
 - (3)石膏斷裂。
- 8.請至骨科門診繼續追蹤治療。

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。