

急救服務 Emergency Services

充氣護靴

Air Walker Boot

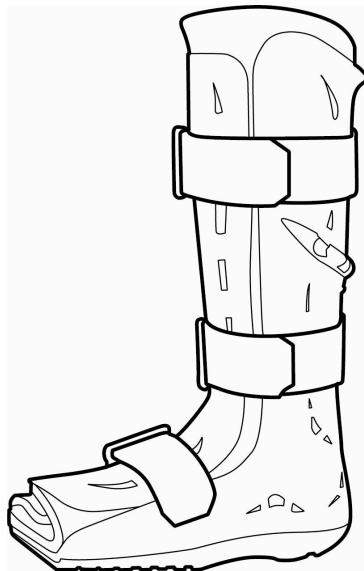
已提供給你一種叫做充氣護靴的石膏護件。和常見的石膏護板一樣，充氣護靴使你受傷的腿避免再受傷，有助於傷腿愈合得更快。穿護靴的時間長短取決於你的傷情。

充氣護靴帶有一個氣囊，通過充氣或放氣來適應你的腿。如果腿發腫，這個氣囊很有用。當腿變腫或消腫時，充氣或放氣可以適時調節護靴的松緊度。

護靴可以打開，讓你查看傷腿的皮膚情況。如果醫生指示，你也可以去掉護靴。

我們提供給你一本專門關於充氣護靴的小冊子。這本冊子就如何使用充氣護靴給出了說明：

- 如何穿護靴
- 如何調節松緊
- 如何清潔護靴



© 溫哥華沿岸衛生局
獲使用許可

具體說明

打開護靴，查看傷腿皮膚：

Open the air walker boot to check your skin:

每天一次 Once a day

每天两次 Twice a day

可以脫去護靴清洗傷腿嗎？

Can you remove your leg from the boot to wash your skin?

不可以，上護靴後12小時內不能脫，而後每天洗一次。

No, not for the next 12 hours, then wash once a day.

不可以，上護靴後24小時內不能脫，而後每天洗一次。

No, not for the next 24 hours, then wash once a day.

可以，每天一次。

Yes, once a day.

可以脫去護靴淋浴洗澡嗎？

Can you remove the boot to shower or bath?

可以 Yes 不可以 No

晚上可以脫去護靴睡覺嗎？

Can you remove the boot at night when sleeping?

可以 Yes 不可以 No

可以穿著護靴用傷腿站立嗎？

Can you stand on the leg with the boot?

不可以，不要讓傷腿承重。

No, do not put any weight on your leg.

可以，可以讓傷腿稍微承重。

Yes, you can put a small amount of weight on your leg.

可以，如無不適，可以用傷腿站立。

Yes, you can stand on your leg as much as is comfortable for you.

充氣護靴 – 續

Air Walker Boot - continued

自我照顧

如需要，你可以服藥止疼。請詢問你的家庭醫生或藥劑師，哪種藥對你最有效。

每次坐下或躺下時，把傷腿擱放在高過你心臟的位置，比如把傷腿放在枕頭上。這麼做有助於消腫和緩解疼痛。

經常動動腳趾，以改善血液循環，幫助消脹。

檢查並清潔護靴包裹的傷腿皮膚：

- 打開充氣護靴。
- 輕輕地，從護靴裡挪出傷腿。
- 將襪子卷下。
- 檢查傷腿各個部分。檢查腳背和腿背，可用鏡子或找別人檢查。
- 看看有沒有地方發紅或潰瘍。
- 用溫和的肥皂和水清潔皮膚，衝洗干淨，然後擦干。
- 穿上襪子。
- 穿上護靴。

對於發紅處，輕輕按摩。穿上護靴時，盡量不要充氣充得太緊。

對於潰瘍處，用創口貼蓋住傷口，聯絡醫生。

如果覺得需要更多支撐，可以給氣袋充氣。

如果覺得護靴太緊，或感覺麻木或刺痛，可放掉一些氣。

保持護靴乾燥

如果清洗了護靴，必須等護靴干透了再穿。

穿著充氣護靴洗澡或淋浴：

1. 用毛巾裹住護靴。
2. 用大塑料袋套住毛巾，要徹底套實。
3. 用膠帶封住塑料袋袋口以防進水。
4. 洗澡或淋浴。

脫下充氣護靴洗澡或淋浴：

1. 在浴缸或淋浴房邊坐下。
2. 脫下護靴。
3. 洗澡或淋浴。
4. 再在浴缸或淋浴房邊坐下。
5. 將傷腿徹底擦干。
6. 穿上護靴。

如果淋浴站不穩，可選擇浴缸洗澡。

就近急診就醫，如果：

- 感覺很疼或愈來愈疼，而且，即使變換姿勢、調松緊或服止疼藥，仍疼痛不止。
- 腳趾出現青紫或變灰，而且冰冷。
- 傷腿腫得越來越厲害。

更多資訊，可諮詢：

- 你的家庭醫生
- HealthLinkBC - 撥打 8-1-1（聾啞人士專線 7-1-1）或上網瀏覽 www.HealthLinkBC.ca