

急救服务 Emergency Services

充气护靴

Air Walker Boot

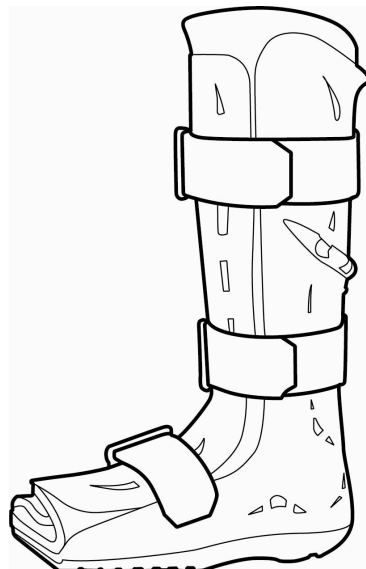
已提供给你一种叫做充气护靴的石膏护件。和常见的石膏护板一样，充气护靴使你受伤的腿避免再受伤，有助于伤腿愈合得更快。穿护靴的时间长短取决于你的伤情。

充气护靴带有一个气囊，通过充气或放气来适应你的腿。如果腿发肿，这个气囊很有用。当腿变肿或消肿时，充气或放气可以适时调节护靴的松紧度。

护靴可以打开，让你查看伤腿的皮肤情况。如果医生指示，你也可以去掉护靴。

我们提供给你一本专门关于充气护靴的小册子。这本册子就如何使用充气护靴给出了说明：

- 如何穿护靴
- 如何调节松紧
- 如何清洁护靴



© 温哥华沿岸卫生局
获使用许可

具体说明

打开护靴，查看伤腿皮肤：

Open the air walker book to check your skin:

每天一次 Once a day

每天两次 Twice a day

可以脱去护靴清洗伤腿吗？

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

不可以，上护靴后12小时内不能脱，而后每天洗一次。

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

不可以，上护靴后24小时内不能脱，而后每天洗一次。

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

可以，每天一次。

Yes, once a day.

可以脱去护靴淋浴洗澡吗？

Can you remove the boot to shower or bath?

可以 Yes 不可以 No

晚上可以脱去护靴睡觉吗？

Can you remove the boot at night when sleeping?

可以 Yes 不可以 No

可以穿着护靴用伤腿站立吗？

Can you stand on the leg with the boot?

不可以，不要让伤腿承重。

No, do not put any weight on your leg.

可以，可以让伤腿稍微承重。

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

可以，如无不适，可以用伤腿站立，

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

充气护靴 - 续

Air Walker Boot - continued

自我照顾

如需要，你可以服药止疼。请咨询你的家庭医生或药剂师，哪种药对你最有效。

每次坐下或躺下时，把伤腿搁放在高过你心脏的位置，比如把伤腿放在枕头上。这么做有助于消肿和缓解疼痛。

经常动动脚趾，以改善血液循环，帮助消肿。

检查并清洁护靴包裹的伤腿皮肤：

- 打开充气护靴。
- 轻轻地，从护靴里挪出伤腿。
- 将袜子卷下。
- 检查伤腿各个部分。检查脚背和腿背,可用镜子或找别人检查。
- 看看有没有地方发红或溃疡。
- 用温和的肥皂和水清洁皮肤，冲洗干净，然后擦干。
- 穿上袜子。
- 穿上护靴。

对于发红处，轻轻按摩。穿上护靴时，尽量不要充气充得太紧。

对于溃疡处，用创口贴盖住伤口，联络医生。

如果觉得需要更多支撑,可以给气袋充气。

如果觉得护靴太紧，或感觉麻木或刺痛，可放掉一些气。

保持护靴干燥

如果清洗了护靴，必须等护靴干透了再穿。

穿着充气护靴洗澡或淋浴：

1. 用毛巾裹住护靴。
2. 用大塑料袋套住毛巾，要彻底套实。
3. 用胶带封住塑料袋袋口以防进水。
4. 洗澡或淋浴。

脱下充气护靴洗澡或淋浴：

1. 在浴缸或淋浴房边坐下。
2. 脱下护靴。
3. 洗澡或淋浴。
4. 再在浴缸或淋浴房边坐下。
5. 将伤腿彻底擦干。
6. 穿上护靴。

如果淋浴站不稳，可选择浴缸洗澡。

就近急诊就医，如果：

- 感觉很疼或愈来愈疼，而且，即使变换姿势、调松紧或服止疼药，仍疼痛不止。
- 脚趾出现青紫或变灰，而且冰冷。
- 伤腿肿得越来越厉害。

更多资讯，可咨询：

- 你的家庭医生
- HealthLinkBC - 拨打 8-1-1 (聋哑人士专线 7-1-1) 或上网浏览 www.HealthLinkBC.ca