

Dịch Vụ Cấp Cứu Emergency Services

Giày Ống Bó Bơm Hơi Air Walker Boot

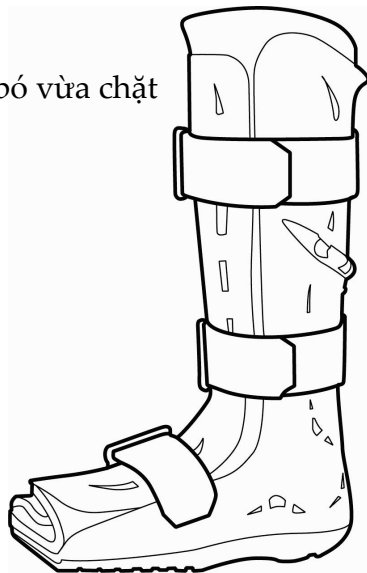
Quý vị đã được cho dùng một loại bó bột đặc biệt gọi là giày ống bó bơm hơi. Cũng như bó bột thường lệ, giày ống này bảo vệ chân bị thương của quý vị để không bị thương thêm nữa hầu có thể chóng lành hơn. Quý vị cần đi giày này bao lâu sẽ tùy theo tình trạng bị thương của mình.

Giày ống bó bơm hơi là một túi đệm hơi được bơm phồng thêm hoặc xì xẹp bớt để giày bó vừa chặt chân quý vị. Cách này rất có ích nếu chân quý vị bị sưng. Có thể điều chỉnh được mức độ bó chặt bằng cách bơm phồng thêm hoặc xì xẹp bớt khi chân sưng nhiều hơn hoặc bớt sưng.

Quý vị cũng có thể cởi giày ra để xem xét da mình. Giày cũng có thể được cởi ra tùy theo lệnh của bác sĩ.

Chúng tôi đã giao cho quý vị một tài liệu riêng rẽ về giày ống bó bơm hơi. Trong đó có chỉ dẫn về cách:

- thử giày
- điều chỉnh độ bó vừa chặt
- Chùi rửa giày



© Vancouver Coastal Health
 Sử dụng có phép

Các chỉ dẫn cụ thể

Mở giày ống bó bơm hơi để xem xét da:

Open the air walker boot to check your skin:

- Mỗi ngày một lần Once a day
- Mỗi ngày hai lần Twice a day
- _____

Quý vị có thể rút chân ra khỏi giày ống để rửa da chân hay không?

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

- Không, không rút chân ra trong 12 tiếng sắp tới, sau đó rửa da chân mỗi ngày một lần. No, not for the next 12 hours, then wash once a day.
- Không, không rút chân ra trong 24 tiếng sắp tới, sau đó rửa da chân mỗi ngày một lần. No, not for the next 24 hours, then wash once a day.
- Được, mỗi ngày một lần. Yes, once a day.

Quý vị có thể cởi giày ống ra để tắm vòi sen hoặc tắm bồn hay không?

Can you remove the boot to shower or bath?

- Có Yes Không No

Quý vị có thể cởi giày ống vào ban đêm khi ngủ hay không?

Can you remove the boot at night when sleeping?

- Có Yes Không No

Quý vị có thể đứng bằng chân mang giày này hay không?

Can you stand on the leg with the boot?

- Không, đừng đè nặng lên chân quý vị. No, do not put any weight on your leg.
- Có, quý vị có thể đè nặng chút ít lên chân. Yes, you can put a small amount of weight on your leg.
- Có, quý vị có thể đứng bằng chân đó nếu cảm thấy thoải mái. Yes, you can stand on your leg as much as is comfortable for you.

Giày Ống Bó Bom Hơi - tiếp theo

Tự chăm sóc bản thân

Hãy dùng thuốc giảm đau nếu quý vị cần. Hỏi bác sĩ gia đình hoặc dược sĩ xem thuốc nào thích hợp nhất cho quý vị.

Bất cứ khi nào quý vị ngồi hoặc nằm, hãy gác chân cho cao hơn độ ngang của tim. Muốn thế, hãy gác chân lên gối. Làm như vậy giúp giảm sưng và bớt đau.

Cựa quậy các ngón chân thường xuyên để máu lưu thông và giúp giảm sưng.

Muốn xem xét và chùi rửa da chân trong giày:

- Mở giày ống bó có bom hơi.
- Nhấc chân nhẹ nhàng ra khỏi giày ống.
- Cuộn tất (vớ) xuống.
- Xem xét tất cả các phần trên chân quý vị. Muốn xem phía sau bàn chân và chân, hãy dùng gương soi hoặc nhờ người khác xem xét.
- Để ý xem có chỗ nào đỏ hoặc lở hay không.
- Rửa da bằng xà bông nhẹ và nước, rửa sạch và lau hoặc sấy thật khô.
- Kéo tất lên lại.
- Mang giày vào chân trở lại.

Nếu có bất cứ chỗ nào đỏ, hãy xoa nhẹ chỗ đó. Khi quý vị mang giày ống vào, cố đừng bom phồng lên quá chặt.

Nếu có chỗ bị lở, hãy băng lại và liên lạc với bác sĩ của quý vị.

Nếu quý vị cảm thấy cần bó chặt hơn nữa thì hãy bom thêm hơi vào các túi đệm hơi.

Nếu cảm thấy giày ống quá chặt hoặc có cảm giác tê hoặc lẩn tẩn nhột nhật, hãy xì bớt hơi.

Giữ cho giày ống khô ráo.

Nếu quý vị rửa giày ống, hãy nhớ để thật khô trước khi mang giày vào lại.

Muốn tắm bồn hoặc tắm vòi sen **mà vẫn đi giày ống bó bom hơi:**

1. Dùng khăn lông quấn kín giày ống.
2. Bọc thêm một bao plastic lớn bên ngoài khăn lông để che kín hoàn toàn.
3. Quấn băng keo quanh đầu hở của bao để nước không lọt vào.
4. Tắm bồn hoặc tắm vòi sen.

Muốn tắm bồn hoặc tắm vòi sen **sau khi cởi giày ống bó bom hơi:**

1. Ngồi xuống cạnh bồn tắm hoặc vòi sen.
2. Cởi giày ống ra.
3. Tắm bồn hoặc tắm vòi sen.
4. Ngồi lên bên cạnh bồn tắm hoặc vòi sen.
5. Lau hoặc sấy thật khô chân quý vị.
6. Mang giày ống vào lại.

Nếu quý vị đứng không vững khi tắm vòi sen, hãy tắm bồn.

Đến Phòng Cấp Cứu gần nhất nếu:

- Quý vị bị đau dữ dội hoặc càng lúc càng đau hơn và không bớt sau khi thay đổi tư thế, điều chỉnh độ bó vừa chặt của giày ống, hoặc dùng thuốc giảm đau.
- Các ngón chân của quý vị có màu xanh hoặc xám và lạnh.
- Chân sưng nhiều hơn.

Muốn biết thêm, nên hỏi:

- Bác sĩ gia đình của quý vị
- HealthLinkBC - gọi số 8-1-1 (7-1-1 cho người điếc hoặc lãng tai) hoặc đến www.HealthLinkBC.ca