

急救服务
Emergency Services

石膏或夹板 Cast or Splint Care

敷石膏或上夹板帮助和保护你身体受伤部位。石膏或夹板防止受伤部位挪动，使之更快愈合。敷石膏或上夹板的时长取决于受伤类型。

石膏或夹板类型

熟石膏

Plaster Cast

熟石膏至少需要一天时间渐干变硬。这段时间内，忌在石膏上负重或施压。如果石膏敷在腿部并被告知可以在其上负重，三天内不要负重。

玻璃纤维石膏

Fibreglass Cast

玻璃纤维石膏干得快，比熟石膏更坚固和轻便。如果敷在腿部且被告知可以负重，你可以即刻在石膏上负重。

熟石膏夹板

Plaster Splint

熟石膏夹板是敷着在伸缩绷带上的石膏后半面。受伤部位的周围肿胀时，使用这类夹板。也可以在肿胀消退后上石膏。

金属夹板

Metal Splint

金属夹板可弯曲，用来把你的手指和手固定在某个位置。不要弯曲或改变夹板形状。带子固定夹板所上的位置。

石膏和夹板的使用

确保石膏或夹板干燥。

洗澡或淋浴前：

- 用毛巾包裹石膏或夹板部位。如果夹板在手指部位，请包裹整只手。
- 用塑料袋完全套住毛巾。
- 用带子系住塑料袋开口，以免水流进去。

使用熟石膏或熟石膏夹板时：

- 如果湿了、软了，或出现裂缝，请就诊家庭医生。

使用玻璃纤维石膏时：

- 如果石膏外面湿了，擦干即可。
- 如果里面湿了，可用吹发器的冷风档吹干。
- 如果出现裂缝，请就诊家庭医生。

石膏或夹板下皮肤搔痒很常见。可用吹发器的冷风吹吹。

不要在石膏或夹板里放任何东西。否则，会损害皮肤和引发感染。

不要在石膏和夹板下涂抹任何粉霜或护肤液来止痒。

不要修整、重设，或移动石膏或夹板。

不要用石膏和夹板碰撞表层坚硬的东西。

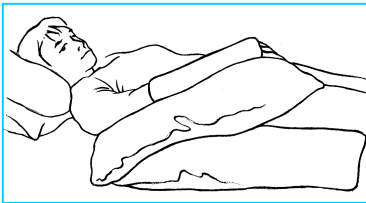
石膏或夹板护理 - 续

Cast or Splint Care - continued

受伤部位自我护理

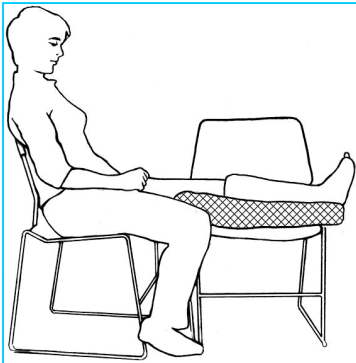
如需要，可服用止痛药。咨询家庭医生或药剂师何种药物对你最有效。

将受伤手臂或腿部安放在高过你心脏部位的地方，有助于消肿止痛。具体做法是，坐着或躺着时，将手臂或腿部安放在枕头上。



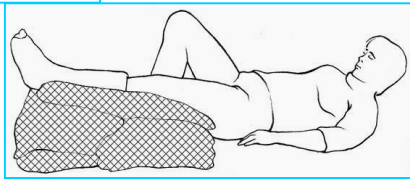
躺着时，手臂放在枕头上，高过心脏。

坐着时，手臂放置在枕头上，并高过心脏。



坐着时，腿抬起来，放在枕头上。

躺着时，腿放在枕头上，上并高过心脏。



如果用的是臂部石膏，走动时请使用吊带。

应当经常活动你的手指或脚趾，手指上了金属夹板则除外。

就近急诊，如果：

- 剧烈疼痛或疼痛加剧，即使变换姿势或使用药物也无法缓解。
- 石膏或夹板感觉太紧。
- 手指或脚趾：
 - 出现青紫或灰白色。
 - 肿胀得厉害。
- 手或脚感觉麻木或刺痛。
- 石膏或夹板下皮肤出现灼热、刺痛感，或是感觉有什么东西压进了皮肤里。
- 石膏或夹板散发出臭味。
- 畏寒且发烧超过摄氏 38.5°C (华氏 101.3°F)

更多资讯，可咨询：

- 您的家庭医生
- 您的理疗医师
- HealthLinkBC - 电话 8-1-1 (聋哑人士专线 7-1-1) 或 上网浏览 www.HealthLinkBC.ca

图示摘自省医疗保健署资料“外科或整形手术后石膏护理”（2012年6月），已获许可使用。