

Emergency Services
Cast or Splint Care

خدمات اورژانس

مراقبت های مربوط به آتل و گچ
نگهداری از گچ یا آتل

گچ یا آتل را خشک نگهدارید.

برای حمام کردن یا دوش گرفتن:

- گچ یا آتل را با حوله بپوشانید. اگر آتل روی انگشتان گذاشته شده، تمام دستتان را با حوله ببندید.
 - کیسه ای پلاستیکی روی حوله بکشید بطوریکه کاملاً آنرا بپوشاند.
 - برای جلوگیری از ورود آب به داخل کیسه، طرف باز کیسه را چسب بزنید.
- برای گچ و یا آتل:

– اگر خیس، نرم یا ترک دار شد ترتیبی بدهید تا دکتارتان را ببینید.

برای گچ های فایبر گلاس:

- اگر بیرون آن خیس شد آنرا خشک کنید.
- اگر داخل آن خیس شد با استفاده از باد سرد سشوار آنرا خشک کنید.
- اگر روی آن ترک خورد، دکتار خانواده خود را ببینید.

خارش پوست زیر آتل یا گچ گرفتگی متداول است. از باد سرد سشوار در داخل گچ استفاده کنید.

هیچ جسمی را در داخل آتل یا گچ قرار ندهید. امکان دارد به پوست خود صدمه زده و ایجاد عفونت کنید.

برای رفع خارش از هیچ نوع پودر یا لوسیونی در زیر گچ یا آتل استفاده نکنید.

گچ یا آتل را برنارید، تغییر فرم ندهید و آنرا کوتاه نکنید.

گچ یا آتل خود را به سطوح سخت نزنید.

آتل یا گچ شکسته بندی بخش آسیب دیده بدن شما را حفاظت میکند. آتل و گچ از حرکت عضو آسیب دیده جلوگیری کرده باعث سرعت ترمیم آن میشود. طول زمان مورد نیاز برای استفاده از آتل و گچ شکسته بندی به نوع آن آسیب بستگی دارد.

شما این نوع گچ یا آتل را دارید:
 گچ (پلاستر) Plaster Cast

این نوع گچ به حداقل یک روز برای خشک و سفت شدن نیاز دارد. در این مدت روی گچ هیچگونه فشار یا وزنی وارد نکنید. اگر پایتان را گچ گرفته اند و به شما اجازه داده اند که وزننتان را روی آن بگذارید، به مدت 3 روز روی آن وزننتان را نگذارید.

 فایبرگلاس Fibreglass Cast

فایبرگلاس سریعاً خشک میشود و از گچ معمولی محکمتر و سبکتر است. اگر پایتان را گچ گرفته اند و به شما اجازه داده- اند که وزننتان را روی آن بگذارید، میتوانید بلافاصله وزن خود را روی آن بگذارید.

 آتل گچی Plaster Splint

این نوع آتل بخش نیمه عقبی قالب گچی میباشد که با باند کشی (تنسور) محکم میشود. در صورتی از این آتل استفاده میکنیم که اطراف محل آسیب دیدگی ورم کرده باشد. گچ گیری ممکن است در مرحله بعد وقتی که دیگر ورم وجود نداشته باشد انجام گیرد.

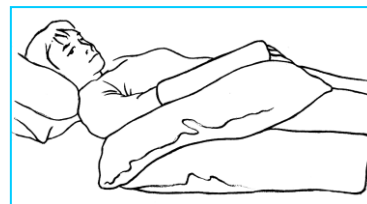
 آتل فلزی Metal Splint

آتل فلزی طوری خم شده است تا انگشت و دست را در موقعیت مشخصی نگه دارد. شکل آتل را تغییر ندهید و آنرا خم نکنید. یک نوار آتل را در جای خود نگه میدارد.

مراقبت از آسیب دیدگی

برای کاهش درد در صورت نیاز از دارو استفاده کنید. با دارو ساز و یا پزشک خانواده خود در مورد آنچه که برایتان بهترین کارائی را دارد مشورت کنید.

برای کاهش ورم و تسکین درد، دست یا پای خود را طوری نگهدارید که در سطح بالاتر از قلبتان قرار بگیرد. برای اینکار وقتی که نشسته اید یا دراز کشیده اید، دست یا پای خود را بر روی بالشت قرار دهید.

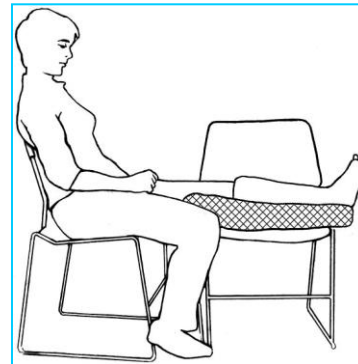


در لحظه ذرا کشیده پد دست
بر روی بالشت ها و بالشت از
قلب قرار دارد

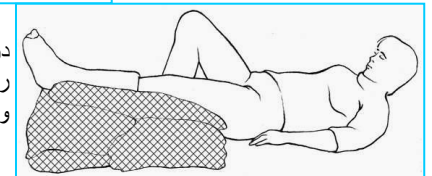
در لحظه کشیده پد دست
بر روی بالشت ها و بالشت از
قلب قرار دارد



پد بالا آورده شده و در حالت
نشسته روی بالشت ها قرار
داده شده است



در حالت خوابیده پد
بر روی بالشت ها کشیده شده
و بالشت از قلب قرار دارد



به نزدیکترین بخش اورژانس بروید، اگر:

درد شدید و یا رو به افزایشی دارید که با جا به جا شدن و یا مصرف داروی مسکن از بین نرود.

گچ و یا آتل برایتان بسیار سفت باشد.

انگشتان دست یا پایتان:

- کبود یا خاکستری شود.

- خیلی ورم کند.

بی حسی یا گزگز در دست یا پایتان حس میکنید.

پوست زیر گچ یا آتل می سوزد، تیر میکشد، یا مثل اینست که چیزی به پوستتان فشار می آورد.

بوی بدی از گچ یا از آتل میآید.

لرز و تب بالای 38.5 درجه سانتیگراد (101 درجه فارنهایت) دارید.

برای آنکه بیشتر بدانید خوب است سوال کنید:

- از پزشک خانواده
- از فیزیوتراپیست
- با شماره 811 با هلت لینک بی . سی تماس بگیرید (با شماره 711 برای ناشنویان و یا کم شنوایان) و یا به آدرس اینترنتی: www.HealthLinkBC.ca سر بزنید.

اگر دستتان را گچ گرفته اند ، در موقع راه رفتن از گردن آویز استفاده کنید.

انگشتان دست یا پایتان را بیشتر اوقات تکان بدهید ، مگر وقتی که آتل فلزی بر انگشتانتان دارید.

تصاویر با مجوز از "مراقبت از گچ پس از عمل جراحی در مان انجی" (ژهن 2102) توسط مطبوعات سلامت پراوینس برایت فاده قرار گرفت.