

- هدف از کاربرد قالب گچی بی حرکت کردن قسمتی از بدن در یک وضعیت خاص است. از قالب گچی برای بی حرکت کردن شکستگی ها، اصلاح تغییر شکلها و حمایت از مفاصل ضعیف استفاده می شود. معمولا مفاصل بالا و پایین قسمت آسیب دیده نیز باید بی حرکت شوند.

انواع قالبهای مورد استفاده دو نوع است :

۱- قالب گچی:

- باند های گچی را در آب ولرم خیس می کنند تا برای شکل گیری آماده شوند. در حین گچ گیری بیمار احساس گرما می کند.
- بعد از گچ گیری تا زمانی که گچ کاملا خشک نشده، نباید فشاری بر روی آن وارد شود چون باعث فرورفتگی می شود و به پوست زیر گچ فشار وارد می کند. بنابراین هنگام بلند کردن و جابجا کردن بهتر است از کف دست استفاده شود. بیشتر قالبها ظرف ۱۵ دقیقه خشک می شوند.



- قالب گچی را نباید روی سطح سفت یا لبه تیز قرار داد.
- معمولا ۲۴ تا ۷۲ ساعت طول می کشد تا قالب گچ کاملا خشک شود.
- قالب گچی تازه را برای خشک شدن در معرض هوا قرار می دهند و نباید با لباس و ملافه آن را پوشانند.
- رنگ قالب گچی مرطوب، خاکستری و کدر است و بوی کپک می دهد. در مقابل قالب گچی خشک سفید رنگ و درخشان و بدون بو است.



۲- قالب غیر گچی (فایبر گلاس):

قالبهای فایبرگلاس سبک تر، محکم تر و با دوام تر از گچ هستند. ضمن اینکه نسبت به رطوبت مقاوم ترند.



با اندامی که گچ گرفته شد چگونه باید برخورد شود؟

- برای جلوگیری از تورم، حتما عضو داخل گچ را هنگام استراحت روی سطح بالاتر از قلب قرار دهید.
- از خاراندن پوست زیر گچ خودداری کنید، چون باعث ایجاد خراش و زخم در پوست می شود. با کمک هوای سرد سشوار می توان خارش پوست را برطرف کرد.
- لبه های ناصاف قالب گچی را با نوار پارچه ای بپوشانید .
- قالب را خشک نگه دارید و هرگز آن را با پوشش پلاستیکی نپوشانید. تعریق و مرطوب شدن گچ باعث تغییر شکل و ایجاد فشار روی پوست می شود.

مراقبت از قالب گچی



- فقط در صورتیکه به حمام می روید با پوشش پلاستیکی عضو گچ گرفته شده را کاملاً بپوشانید تا آب به داخل گچ نفوذ نکند.



- در صورت بروز هر یک از مشکلات زیر به مرکز درمانی مراجعه کنید :
۱- درد شدید

- ۲- تورمی که با بالا نگه داشتن عضو رفع نشود.

- ۳- تغییر در حس اندام و تغییر رنگ و دمای پوست

- ۴- ناتوانی در حرکت دادن انگشتان دست و پا

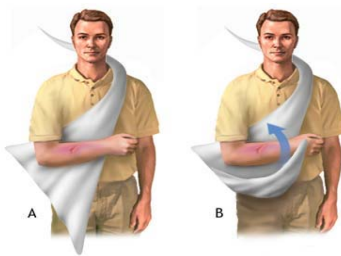
- ۵- وجود بوی نامطبوع در قالب گچی

- ۶- شکستگی قالب

اگر دست شما گچ گرفته شده:

- از فعالیت زیاد دست آسیب دیده جلوگیری کنید.
- با بازوی سالم بیشتر کار کنید، گاهی به دلیل تغییر در فعالیت های روزمره و تحمل وزن قالب زودتر احساس خستگی می کنید، بنابراین در طول روز چند نوبت استراحت کنید.
- ولی ورزش دادن عضلات ناحیه آسیب دیده را فراموش نکنید.
- برای کاهش درد و تورم، بازوی گچ گرفته را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.

- موقع راه رفتن، اندام فوقانی را با یک پارچه به گردن بیاویزید.



- پارچه گردن بند باید وزن اندام را روی سطح گسترده ای توزیع کند (نه فقط در پشت گردن) چون به اعصاب نخاعی گردن فشار وارد می کند.
- می توانید از گردن آویزهای موجود در بازار جهت نگه داشتن اندام فوقانی استفاده کنید.

اگر پای شما گچ گرفته شده:

- پس از اینکه گچ کاملاً خشک شد و با اجازه پزشک روی اندام فشار وارد کنید و راه بروید.
- نحوه جابجایی و راه رفتن با عصا یا واکر را از متخصص حرکت درمانی یاد بگیرید و در فعالیت های عادی و روزمره شرکت کنید.
- تا حد امکان حرکات طبیعی را انجام دهید ولی اندام مصدوم را زیاد بکار نگیرید.
- از راه رفتن روی سطوح خیس و لغزنده خودداری کنید.
- شکستگی اگرچه ممکن است برای شما محدودیت ایجاد کند، ولی نباید مانع حضور شما در جمع و شرکت در کار و فعالیت های اجتماعی بشود.

- با به کار بستن توصیه های بهداشتی و حفظ ارتباط با تیم درمانی از ایجاد مشکلات متعاقب شکستگی اندام جلوگیری کنید و به بهبودی بدون عوارض ناخواسته دست یابید.