



高雄市長小港醫院

(委託財團法人高雄醫學大學經營)

上石膏後照護需知

一、上石膏後的注意事項

1. 新上石膏於乾燥過程會有發熱感是正常的，不會灼傷皮膚。
2. 在石膏未乾時勿下床，並避免碰撞，以免石膏變形。
3. 患肢以枕頭或海棉抬高超過心臟高度，幫助血液循環，減少腫脹及疼痛。
4. 使用上石膏的腳走路時，請依醫師指示並配合使用輔具行走。
5. 保持石膏清潔、乾燥，避免撞擊，如不小心弄濕，可用吹風機吹乾。
6. 石膏內發癢時，不可插入任何東西到石膏裡抓癢，尤其是有傷口的部位，可利用小電扇來注入空氣減輕症狀。
7. 每日清潔石膏邊緣的皮膚，可塗抹乳液保持皮膚清潔及減少皮膚乾燥。
8. 於石膏外之手指或腳趾應經常活動，有助血液循環，減少腫脹；活動石膏固定肢體之上下關節及固定部位之肌肉收縮放鬆動作，以避免關節僵硬、肌肉萎縮等情形。
9. 石膏請勿自行拆除，且勿將棉墊取出而使皮膚直接接觸石膏。
10. 按醫囑返院做門診複查或拆除石膏。

二、飲食注意事項

1. 多喝水及食用纖維性食物，如菠菜、橘子等，預防便秘。

2. 多吃高鈣食物，可促進骨頭癒合，如小魚乾、起司、牛奶…等。

三、如果有下列情形，請立刻回來複診

1. 手腳冰冷麻木
2. 手腳發紫、蒼白
3. 持續性劇痛
4. 石膏內任何部位之疼痛
5. 有臭味或滲出液自石膏中流出少
6. 石膏破損、斷裂

若有任何問題請電洽：

TEL：(07) 8036783 轉 3119、3112~3115(急診室諮詢)

~小港醫院急診科關心您~