

骨折（上石膏）注意事項

1. 請將患肢抬(墊)至比心臟稍高之位置，以減少腫脹疼痛。
2. 露出石膏外的手指或腳趾，請經常活動，以幫助血液循環，並可預防關節僵硬。
3. 上石膏部位的肌肉，請作收縮放鬆運動，以防該部位肌肉萎縮，運動方法:肌肉用力收縮5秒後放鬆，約150-200次/日。
4. 勿由石膏邊緣往內插入任何東西及碰水，或搔抓石膏下皮膚。
5. 勿自行拆除石膏，且須時常保持石膏清潔、乾燥。
6. 勿將石膏內覆部份的棉卷拉出。
7. 患肢或固定石膏有下列情形，請速來急診就醫：
 - * 患肢末端指(趾)頭有腫脹、疼痛、蒼白、發紫、麻木時。
 - * 石膏斷裂或粉碎時。
 - * 感覺石膏太鬆或太緊時。
8. 上石膏後需固定時間因人而異，但患肢腫脹部份通常在受傷後1-2週內消退，此時會感覺石膏有鬆動現象，並易發生原骨折部位再移位，故必須繼續回骨科門診治療，複診至痊癒為止。

骨折（上石膏）注意事項

1. 請將患肢抬(墊)至比心臟稍高之位置，以減少腫脹疼痛。
2. 露出石膏外的手指或腳趾，請經常活動，以幫助血液循環，並可預防關節僵硬。
3. 上石膏部位的肌肉，請作收縮放鬆運動，以防該部位肌肉萎縮，運動方法:肌肉用力收縮5秒後放鬆，約150-200次/日。
4. 勿由石膏邊緣往內插入任何東西及碰水，或搔抓石膏下皮膚。
5. 勿自行拆除石膏，且須時常保持石膏清潔、乾燥。
6. 勿將石膏內覆部份的棉卷拉出。
7. 患肢或固定石膏有下列情形，請速來急診就醫：
 - * 患肢末端指(趾)頭有腫脹、疼痛、蒼白、發紫、麻木時。
 - * 石膏斷裂或粉碎時。
 - * 感覺石膏太鬆或太緊時。
8. 上石膏後需固定時間因人而異，但患肢腫脹部份通常在受傷後1-2週內消退，此時會感覺石膏有鬆動現象，並易發生原骨折部位再移位，故必須繼續回骨科門診治療，複診至痊癒為止。