



1. 上完石膏後24小時內，若有下列症狀應立即告知醫護人員，返家後若出現下列症狀，應立即返院處理。

- 感覺肢端冰冷、麻木、發紫。
- 石膏固定太鬆或太緊。
- 患肢持續性疼痛、嚴重腫脹。
- 肢體內有任何異味或滲出物流出時。
- 疑有意識障礙、呼吸障礙或其他身體不適時。

2. 石膏未乾前，請將石膏露出於被單外及放於柔軟的枕頭上，以促進乾燥及預防石膏變形。

3. 為促進血液循環，減少發生腫脹及疼痛，請依醫護人員指導執行下列事項：

- 臥床期間請保持患肢高於心臟，可用枕頭墊高或將床尾抬高。
- 石膏外的手指或腳趾應常作關節運動。無法下床活動之前，可於床上依醫護人員指導作運動，如等長運動、抬高患肢等運動。

4. 請多喝開水、進食含水份高及纖維質高的水果及食物，以預防長期臥床而產生的合併症，如結石、便秘。

5. 為預防石膏變形，影響骨骼癒合，請勿敲打及碰撞石膏，並保持石膏外觀的清潔、乾燥。

6. 若石膏內肢體發癢，請勿嘗試插入任何物品抓癢，以免受傷破皮而造成感染。

7. 因骨折位置不同，則癒合的時間也不同，所以醫師會根據您骨頭癒合的程度，來指導您何時可下床活動及行走，並告知您拆除石膏的時間。

