



## 石膏固定病人須知



全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經骨科醫師檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

## 一、上石膏的主要目的

- (一)骨折後為了暫時性維持正確擺位或直到骨折癒合，這段期間石膏可提供支持及保護作用。
- (二)預防骨頭再次移位及矯正。

## 二、上石膏過程注意事項

- (一)石膏材質分為一般石膏(如圖一)及樹脂石膏(如圖二)：上石膏後，前 10-15 分鐘會有溫熱的感覺此為正常現象；若使用樹脂合成石膏，它能很快的變硬變乾，且 20 分鐘內即可完全乾燥。



圖一 一般石膏夾板



圖二 樹脂石膏

(二)石膏未乾燥前，可使用電扇吹，加速石膏乾燥。

(三)石膏未乾燥前，石膏上方不要加蓋任何衣物。

也不要碰觸尖銳物品及重物，以避免壓迫而變形。

### 三、石膏照顧注意事項

(一)石膏髒了不可用水洗，可以用濕布擦拭。

(二)洗澡時須套上塑膠套保護，以保持石膏乾燥。

(三)不可將任何物品伸入石膏內或抓癢，以免造成皮膚受損及感染。

(四)石膏內肢體發癢時可電風扇朝石膏開口吹。

(五)使用髖部人字形石膏的病人，在床上使用便盆時應坐起，避免排泄物流到石膏內，如圖三、圖四。尚需使用尿布的幼兒，則宜再使用小尿片墊襯於肛門處再包覆尿布，以吸附排泄物保持石膏清潔乾燥。

(六)上石膏後注意末端肢體循環障礙，若有異常需就醫。



圖三 床頭抬高



圖四 便盆放置臀部下方

(七)上石膏的肢體要用枕頭等物抬高，且高於心臟，以幫助於血液回流、減少腫脹及疼痛，如圖五、圖六。



圖五 上肢以軟枕抬高



圖六 下肢以軟枕抬高

(八)手臂有石膏夾板固定的病人，下床活動時可用三角巾或懸臂吊帶支托，如圖七、八。



圖七 使用三角巾支托



圖八 使用懸臂吊帶支托

#### 四、石膏病人之復健運動

復健運動應依照病人耐受程度執行，內容包括：

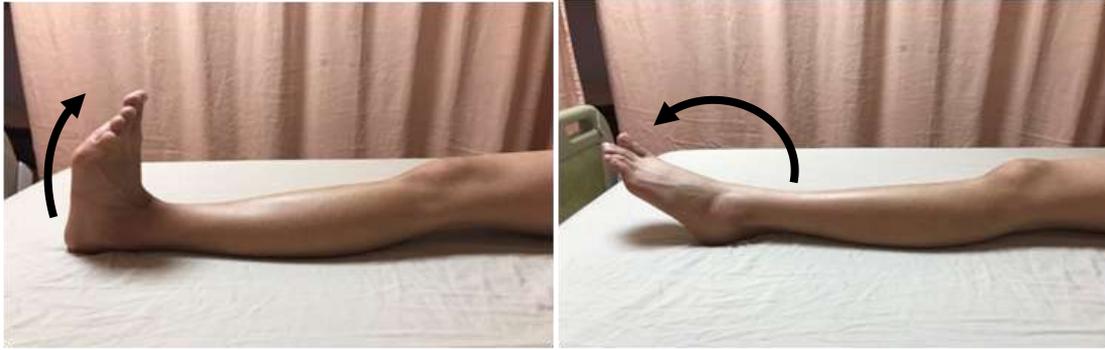
- (一)露於石膏外之手指或腳趾應經常作伸展與屈曲運動，以幫助血液回流，並避免肌肉萎縮，如：手指抓握及足背屈曲，如圖九、圖十。



握拳維持 5 秒

手指伸直放鬆維持 5 秒

圖九 手指抓握



足背向上拱起維持 5 秒

足背向下壓維持 5 秒後放鬆

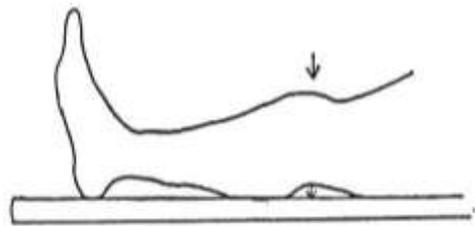
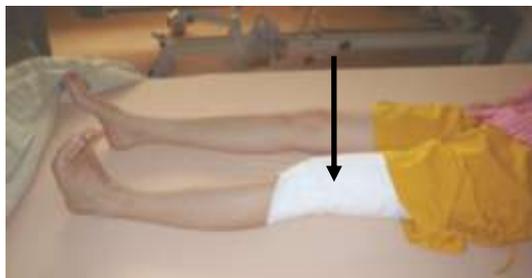
圖十 足背屈曲運動

(二)請依醫師指示做復健運動以增加肌肉的力量。

例如:腿部骨折可依醫師指示做股四頭肌運動

(如圖十一)，手臂骨折則可依醫師指示做手部

抓握運動(如圖十二)。



圖十一 股四頭肌運動:腿伸直、足背向身體方向勾

→大腿小腿用力使膝蓋往下壓



握拳維持 5 秒



手指伸直放鬆維持 5 秒

圖十二 手指抓握(一天 200 次)

在醫師許可下可使用柺杖、助行器或骨科輪椅活動，如圖十三、十四、十五。



圖十三 使用柺杖行走



圖十四 使用助行器



圖十五 使用骨科輪椅

(三)下床活動時可能會感覺上石膏的肢體腫脹，這是正常現象。只要上床時在石膏下方墊枕頭抬高，且高於心臟(如圖五、圖六)，症狀會減緩。

## 五、石膏病人居家照顧

(一)依照醫師囑咐按時返院門診。

(二)若發生下列問題

1. 腫或痛的情形增加。
2. 指甲呈藍色或加壓後仍呈蒼白。
3. 持續性麻木。
4. 石膏龜裂。
5. 有任何臭味或滲出液從石膏中流出。

應儘速來電 04-23592525 轉病房分機 6075 或 24 小時

健康諮詢專線 04-23741353

## 六、移除石膏須知

石膏移除後，石膏下的皮膚通常會變乾燥且有痂皮之情形，可用中性肥皂和溫水來清潔，擦乾後再塗上乳液即可。

## 七、結論

石膏照顧的注意事項包括保持石膏清潔乾燥，不可將任何物品伸入石膏內避免造成感染。配合醫師的治療並抬高上石膏的肢體促進血液回流，並做復健運動等，以預防合併症並儘速恢復健康。

## 九、參考資料

許承恩(2014, 4月)·談石膏固定的照顧與潛在風險·

取自 <https://www.vghtc.gov.tw/GipOpenWeb/wSite/public/file/portal/periodical/med193/15-17.pdf>。

陳姝娟、林美蓮(2013)·照護一位腿部創傷併發急性腔室症候群個案之護理經驗·志為護理-慈濟護理雜誌，12(2)，102-111。

Mayman, D. J. (2018). Total hip arthroplasty for hip fracture. In A. Green, R. Hayda, & A. C. Hecht (Eds.), *Postoperative Orthopedic Rehabilitation* (1st ed., pp. 358-364). St. Philadelphia : Lippincott Williams & Wilkins.