



衛教編號：ORTH-003

2006.12.06 訂定
2023.06.25(5 修)
2022.12.12(8 審)

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) 主要用來做暫時固定及制動受損的肢體。
- (二) 骨折癒合期間固定、支持及斷骨復位後的保護。
- (三) 手術後復原期間的患肢固定。
- (四) 早期支持、承受身體體重，預防及矯正畸形、促進患肢休息。

二、上石膏過程注意事項

- (一) 石膏材質為樹脂石膏(圖一)，完全乾燥約需 20 分鐘，石膏乾燥過程中會有發熱感，此感覺為正常現象，石膏未乾前以軟枕抬高肢體，減輕腫脹，避免石膏變形。



圖一 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-如:竹片伸入石膏內或抓癢，以免造成皮膚受損及感染。

(四)石膏內肢體發癢時，可用電風扇或吹風機的冷風朝石膏開口吹。

(五)使用髖部人字形石膏的病人，如圖二，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，如有異常需就醫。

(七)床單被褥保持平整、清潔、乾燥，以免皺摺處或石膏碎屑刺激皮膚。



圖二 腕部人字形石膏



圖三 床頭抬高



圖四 便盆放置臀部下方

(八)上石膏的肢體要用枕頭等物抬高，且高於心臟，以幫助血液回流、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

(九)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、圖八。



圖七使用三角巾支托



圖八 使用懸臂吊帶支托

(十)如果為下肢石膏，起身時可穿著石膏鞋，避免石膏髒汙，如圖九。



圖九 石膏鞋

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、足背屈曲、股四頭肌運動，如圖十、
圖十一、圖十二。



握拳維持 5 秒



手指伸直放鬆維持 5 秒

圖十 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

圖十一 足背屈曲運動



腿伸直、足背向身體方向勾→大腿小腿用力使膝蓋往下壓

圖十二 股四頭肌運動

(二) 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、圖十四、圖十五。



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，症狀會減緩。

五、石膏病人居家照顧

(一)依照醫師指示按時返院門診。

(二)若發生下列問題，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。

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。

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，避免過度曝曬陽光，因新生未脫皮的皮膚很敏感及易曬傷。

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。

八、參考資料

袁素娟(2021)·肌肉骨骼系統疾病之護理·於劉雪娥
總校閱，*成人內外科護理下冊*(八版，542-552
頁)·華杏。

Althoff, A.D., & Reeves, R.A. (2020). Splinting.
StatPearls. *StatPearls Publishing*.

Conry, K. T., Weinberg, D. S., Wilber, J. H., & Liu, R. W.
(2021). Assessment of Splinting Quality: A
Prospective Study Comparing Different
Practitioners. *The Iowa Orthopaedic Journal*, 41(1),
155-161.

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1.石膏未乾燥前，可用電扇吹，加速乾燥。

是 否 不知道

2.石膏髒了不可用水洗，可用濕布擦拭。

是 否 不知道

3.石膏內肢體發癢時可用物品伸入石膏內抓癢。

是 否 不知道

4.上石膏的肢體要用枕頭等物抬高，且高於心臟，以幫助血液回流，減少腫脹及疼痛。

是 否 不知道

5.在醫師許可下，可使用拐杖、助行器及輪椅下床活動。

是 否 不知道