醫院管理局
HOSPITAL AUTHORITY

คำแนะนำด้านสุขภาพของฝ่ายบริหารโรงพยาบาล
การดูแลเฝือกปูนพลาสเตอร์

(1) คำนำ

- การใส่เฝือกปูนพลาสเตอร์ จะใช้เพื่อทำให้ แขน ขา ที่หัก หรือได้รับบาดเจ็บไม่ให้เคลื่อนที่สำหรับการรักษาที่เหมาะสม มันยังสามารถช่วยบรรเทาอาการเจ็บปวดที่เกิดจากการแตกหัก หรือการเคลื่อนไหวของข้อต่ออีกด้วย

- การใส่เฝือกอาจใช้เวลา 4 - 8 สัปดาห์ขึ้นอยู่กับตำแหน่งของการแตกหัก หรือความคืบหน้าของการฟื้นตัว

(2) เคล็ดลับการดูแลเฝือกปูนพลาสเตอร์

- เมื่อใส่เฝือกปูนพลาสเตอร์ใหม่ ๆ มันจะสร้างความร้อนจากปฏิกิริยาทางเคมี มันจะต้องใช้เวลาในการค่อย ๆ เย็นตัวลงสักพัก และปฏิกิริยานี้จะไม่มีผลกระทบต่อการรักษา

- มันต้องใช้เวลา 2-3 ชั่วโมง ในการทำให้เฝือกแข็ง ก่อนที่เฝือกจะมีลักษณะแข็ง

  - ห้ามวางเฝือกบนพื้นผิวที่มีลักษณะแข็ง
  - ห้ามเคลื่อนไหวข้อต่อเข้าไปในเฝือก
  - ห้ามวางน้ำหนัก หรือพยายามกดลงบนเฝือก
  - ห้ามเดินหากเฝือกยังไม่แห้งเต็มที่
  - พักในสถานที่ที่เย็นเพื่อทำให้เฝือกแห้งตามธรรมชาติ และแห้งทั่วถึง

- มันใช้เวลาประมาณ 1-2 วัน ในการทำใหเฝือกแห้งเต็มที่ เมื่อเฝือกแห้งเต็มที่แล้ว

  - ห้ามทำให้เฝือกเปียกเนื่องจากมันจะอ่อนตัว และเสียรูป ให้คลุมเฝือกด้วยถุงพลาสติก และปิดเฝือกก่อนการอาบน้ำ หรือหากมีความจำเป็น
  - ยกเฝือกด้วยการใช้ห่วงเชือกสำหรับแขน หรือรองรับแขน ขาที่ได้รับบาดเจ็บด้วยหมอนนุ่ม ๆ เพื่อทำให้การไหลเวียนของเลือดดีขึ้น และลดอาการบวม
  - ป้องกันของเหลว หรือวัตถุแข็งไหลเข้าไปในเฝือก หรือตัดแต่งเฝือกด้วยตัวเอง
  - เคลื่อนไหวแขน ขาที่ได้รับบาดเจ็บเป็นประจำเพื่อรักษาความยืดหยุ่น
  - เข้าพบแพทย์ตามนัดติดตามผลตามกำหนด

(3) ปรึกษาแพทย์ของคุณทันที หากมีสภาวะดังต่อไปนี้เกิดขึ้น

- ปวดอย่างรุนแรง และต่อเนื่องภายในแขน ขาที่ได้รับบาดเจ็บ
- มีความรู้สึกชา หรือเจ็บเหมือนโดนหนามทิ่มเหนือนิ้วมือ หรือนิ้วเท้า และไม่สามารถขยับแขน ขา ได้
- นิ้วมือ นิ้วเท้าบวม เป็นสีน้ำเงิน หรือซีด
- เฝือกแน่น หรือหลวมจนเกินไป
- มีน้ำ หรือมีกลิ่นเหม็นออกจากเฝือก
- มีรอยร้าว หรือแตกในเฝือก
- เฝือกอ่อนลง หรือเสียรูป
- มีความกังวลเกี่ยวกับเฝือก หรือแขน ขาที่ได้รับบาดเจ็บ

จัดเตรียมโดยคณะกรรมการฝ่ายประสานงานด้านอุบัติเหตุ และฉุกเฉิน
ฝ่ายบริหารโรงพยาบาล
พฤษภาคม 2018