

نیازهای آموزشی چچ گیری

نیاز آموزشی:

کمبود آگاهی بیمار در مورد گچ، انواع آن، مراقبتهای قبل و بعد از گچ گیری و علائم هشدار دهنده (1-29)

هدف:

ارتقاء آگاهی بیمار در مورد گچ، انواع آن، مراقبتهای قبل و بعد از گچگیری و علائم هشدار دهنده.

محتوای آموزشی:

از آنچه پزشک به بیمار گفته اطلاع کسب کنید تا بتوانید به نحو مناسب به سوالات بیمار پاسخ دهید .

از بیمار سوال کنید که خود یا بستگانش تاکنون دچار شکستگی شده اند و چه اطلاعاتی در این زمینه دارد؟

اضطراب بیمار را به رسمیت بشناسید و به حرف دل بیمار گوش دهید .

درک بیمار را در مورد بیماری اصلاح کنید (سوء تعبیرها را برطرف کنید).

زمان کافی به بیمار بدهید تا درک مناسب از اطلاعات ارائه شده بدست آورد.

گچ:

گچ، وسیله ی بیحرکت کننده ی خارجی است . هدف از قالب گچی بی حرکت کردن قسمتی از بدن در یک وضعیت خاص و فشار یکسان به بافت نرم است . از قالب گچی برای بی حرکت کردن شکستگی - های جا افتاده ، اصلاح تغییر شکل ها، اعمال فشار یکنواخت روی بافت نرم داخل قالب یا حمایت از مفاصل ضعیف استفاده می شود . گچ گیری علیرغم بیحرکت کردن قسمتی از بدن ، مانع حرکت کلی بیمار نمی شود . نوع و ضخامت قالب گچی مورد استفاده به ضایعه مورد درمان بستگی دارد . مفاصل بالا و پایینی قسمت آسیب دیده نیز باید بیحرکت شوند . با این وجود قالبهای گچی خاصی برای بعضی از شکستگیها ساخته شده است که ضمن بی حرکت کردن محل شکستگی، حرکت مفاصل مجاور را ممکن می سازد . انواع قالبهای گچی شامل :

قالبهای گچی اندام ها) گچ کوتاه و بلند بازو، گچ کوتاه و بلند ساق پا (قالبهای گچی تنه) قفسه ی سینه و شکم (قالبهای گچی اسپایکا و اسپایکای هیپ) مفصل هیپ، یک یا هر دو پا قفسه ی سینه ، گردن و دست می باشند.

مواد لازم برای گچ گیری:

موادی که برای گچ گیری استفاده میشوند عبارتند از: گچ ، فایبر گلاس و پلاستیک.

قالبهای غیر گچی:

این قالبها ، فایبر گلاس نیز نامیده می شوند . این قالبها از مواد پلی اورتان ساخته میشوند که در تماس با آب فعال می گردند . قالبهای فایبر گلاس نسبت به گچ تنوع بیشتری دارند . از آن سبکتر ، محکمتر و بادوام تر بوده و مقاومشان در برابر با آب بیشتر است . ساختمان این قالبها شامل الیاف غیر قابل جذبی است که مواد سخت کننده به آنها اضافه شده است و در ع رض چند دقیقه به استحکام کامل خود دست می یابند . این قالبها متخلخل هستند و لذا عوارض پوستی ناشی از آنها کمتر است . در صورت مرطوب شدن از استحکام آنها کاسته نمی شود بنابراین می توان بطور همزمان آب در مانی نیز انجام داد . در این حالت بهتر است قالب غیر گچی را با استفاده از سشوار کاملاً خشک کرد تا از عوارض پوستی جلوگیری شود . از قالبهای غیر گچی برای شکستگیهای بدون جابجایی با حدا قل تورم و استفاده طولانی مدت استفاده می شود .

قالبهای گچی (پلاستر)

قالبهای گچی معمولاً از جنس پلاستر میباشد . باندهای پلاستر را در آب سرد خیس می کنند تا انعطاف لازم برای شکل گیری را بدست آورند . در اثر تماس گچ با آب یک واکنش کریستال سازی آغاز می شود که با تولید گرما همراه است . سرعت این واکنش 15 الی 20 دقیقه است . اما برای خشک شدن کامل گچ ، لازم است که عضو گچ گرفته شده به مدت 24 الی 72 ساعت در معرض جریان هوا قرار گیرد . چرا که بعد از گچ گیری ، هنوز قالب گچ مرطوب و مختصری نرم است و تا زمانی که کاملاً خشک نشود

استحکام لازم را نخواهد داشت و ممکن است در صورت وارد آمدن فشار دچار فرو رفتگی شود بنابراین هنگام بلند کردن و جابجا کردن از کف دست استفاده می شود و نباید قالب گچی روی سطح سفت یا لبه تیز قرار گیرد .

رنگ قالب گچی:

قالب گچی خشک ، سفید و درخشان ، محکم و فاقد بو است . اما قالب گچی مرطوب ، خاکستری و کدر بوده و صدای مات دارد و نرم است و بوی کپک میدهد .

عوارض احتمالی:

-تب

-عفونت

-اختلال عصبی - عروقی

-صدمات پوستی

سندروم کمپارتمان:

این سندروم زمانی روی می دهد که فشار داخل بافتی در یک فضای بسته افزایش می یابد و در نتیجه جریان خون و عملکرد بافت داخل آن فضا مختل می شود. برای برطرف کردن فشار باید قالب را با برش طولی به دو نیم کرد و عضو مربوطه را بالا نگهداشت ولی باید دقت کرد که 10 cm بالا تر از سطح قلب قرار بگیرد تا خونرسانی شریانی بهتر گردد.

زخم فشاری:

فشار قالب بر روی بافت نرم ممکن است باعث قطع اکسیژن رسانی به بافت و ایجاد زخمهای فشاری شود.

محلهای شایع عبارتند از : پاشنه، قوزک های پا، پشت پا، زیر زانو، آرنج و مچ بنابراین توصیه میشود که:

1- هر دو ساعت یکبار تغییر وضعیت داده و از خوابیدن روی یک سمت اجتناب شود.

2- ورزشهای در دامنه حرکتی انجام شود.

3- در صورت مرطوب و بدبو شدن قالب گچی به پزشک اطلاع دهند.

-سندروم عدم استفاده:

در اثر عرم تحرک اندام در مدت زمان نسبتاً طولانی قدرت عضلات ضعیف شده و دچار آتروفی میشوند.

سایر عوارض:

***. پیشگیری از عوارض گردش خون:**

-تشویق و کمک به بیمار در انجام ورزشهای معمولی به شکل فعال یا نیمه فعال.

-تشویق بیمار به قرار گرفتن در وضعیتی که فشار روی عروق اصلی وارد نشود.

-توصیه میشود که بیمار به آرامی شروع به راه رفتن کند و فعالیت بدنی خود را بتدریج افزایش دهد.

-استفاده از جورابهای ضد آمبولی.

-مصرف فراوان مایعات.

*** پیشگیری از عوارض تنفسی:**

-توصیه به چرخیدن روی تخت.

-تشویق به انجام تنفس عمیق و سرفه و تخلیهی ترشحات.

-تشویق بیمار به انجام فعالیتهای روزمره جهت بهبود حرکات تنفسی.

*** پیشگیری از عوارض گوارشی:**

بیماران بی حرکت در معرض خطر یبوست هستند و برخی از عوامل از قبیل تغییر در عادات تغذیه ای

طبیعی و دریافت مایعات، نقصان فعالیت و استفاده از لگن باعث تشدید یبوست می شوند . توصیه میشود که:

-از رژیم پرفیبر و حاوی سبوس استفاده کنند.

-مایعات فراوان 3-2- لیتر مصرف شود .

-از مواد نرم کننده مدفوع و مسهل استفاده شود.

-استفاده از توالیت معمولی بجای لگن.

*** جلوگیری از عفونت ادراری:**

بیماران بی حرکت در معرض خطر سنگهای کل یوی و عفونت ادراری قرار دارند .

جهت کاهش خطر بروز این عوارض به بیمار و خانواده ی وی آموزش میدهم که:

-مصرف روزانه در حدود 2 الی 3 لیتر مایعات

-عدم مصرف رژیم حاوی کلسیم مثل لبنیات و کلم

-تخلیه ی زود به زود مثانه

آموزش به بیمار و خانواده ی وی:

- مراقبتهای قبل از گچ گیری:

-توضیح پزشک در مورد پروسیجر و علت آن را بررسی کنید.

-بیمار را تشویق کنید تا سوالاتش را بپرسد و ترسها و اضطرابهایش را بیان کند.

-توضیح دهید که برای تعیین وسعت تروما و ارزیابی چگونگی قطعات شکسته

استخوان نیاز به انجام گرافی قبل و بعد از جاندازی است.

-چگونگی گچ گرفتگی را شرح دهید.

-قبل از گچ گرفتگی ممکن است که از یک آرامبخش،مخدر یا یک داروی بیهوش

کننده استفاده شود.

-سطح پوست از نظر ضایعات باز و تاول ها مورد بررسی قرار میگیرد و سپس برای

خشک کردن سطح پوست ناحیه ای که قرار است گچ گرفته شود، پوست تمیز میشود

و بر روی آن الکل مالیده میشود.(الکل روی زخم یا تاول کشیده نمی شود .)

-برای محافظت از پوست و استخوانهای زیر گچ از تماس مستقیم و فشار قالب گچی

عضو مورد نظر را با باند نرم بانداز میکنند.

-برای بی حرکت کردن و قرار دادن اندام آسیب دیده در پوزیشن صحیح،گچ گیری را

درست هم اندازه با عضو انجام میدهند.

-جهت آماده کردن بیمار برای گچ گیری، لازم است قبلاً مناظر، صداها و احساساتی

که بیمار با آنها مواجه خواهد شد (مثل احساس گرما هنگام سفت شدن گچ) برای او

توضیح داده شود.

-مراقبت‌های بعد از گچ گیری:

- در مورد اهمیت قالب گچی تا زمان خشک شدن کامل آن به بیمار آموزش دهید.
- تا زمانی که قالب گچی مرطوب است از قرار دادن آن بر روی یک سطح سفت و یا لبه ی تیز پرهیز کنید.
- در حالی که قالب گچی در حال خشک شدن است باید تا حد ممکن آن را کمتر جابجا کرد.
- قالب گچی برای خشک شدن باید در معرض جریان هوا قرار گیرد و نباید با لباس یا ملحفه پوشانده شود.
- از راه رفتن روی زمین خیس و لغزنده اجتناب شود.
- برای جلوگیری از تورم، اندام داخل گچ مرتباً بالاتر از سطح قلب قرار داده شود.
- از فرو کردن اشیاء تیز و برنده به داخل گچ اجتناب شود.
- از بکار بردن رنگ و لاک یا نظایر آن بر روی گچ خودداری شود.
- از کرم و لوسیون بر روی پوست استفاده نشود زیرا موجب نرم شدن پوست و چسبیدن گچ به پوست میشود.
- بدلیل اینکه گچ های معمولی در موقع خشک شدن گرم می شوند لذا توصیه می شود از انداختن پتو یا روانداز بر روی عضو گچ گرفته شده، پرهیز شود.
- از خاراندن پوست زیر قالب خودداری شود، درصورت خارش می توان با هوای سرد سشوار خارش را بر طرف کرد.
- اجتناب از کاهش یا افزایش وزن زیرا موجب برهم زدن تناسب گچ با عضو میشوند.
- توصیه به انجام ورزشهای معمولی به شکل فعال یا نیمه فعال در دامنه حرکتی تا عملکرد مفاصل حفظ شود.
- باید بیمار را تشویق کرد تا به هنگام بیداری هر ساعت یکبار انگشتان دست یا پای داخل گچ را حرکت دهد تا جریان خون اندام تقویت شود.
- قالب گچی را خشک نگه دارد و آن را با پلاستیک یا لاستیک نپوشاند زیرا این حالت باعث تعریق و مرطوب شدن پوست و قالب گچی میشود در هنگام حمام کردن میتوان عضو گچ گرفته شده را با پلاستیک پوشاند.
- بیماران دارای قالب گچی بازو می توانند از یک پارچه برای نگه داری و آویزان کردن اندام فوقانی استفاده کنند.
- درصورت استفاده از یخ برای کاهش درد باید یخ را در یک کیسه ی پلاستیکی خشک قرار داده و آن را بر روی وسط گچ و اطراف آن گذاشت.

-پس از برداشتن گچ، شستشوی عضو با روغن های معدنی وآب به بهبود جریان خون پوست کمک می کند.

-بیمار را آگاه کنید که در ابتدای گچ گیری تورم و ادم بافت صدمه دیده طبیعی می باشد و این تورم وادم باعث فشار آوردن بافت به داخل گچ می شود .بیمار را آگاه کنید که برای 48 ساعت اول و یا بیشتر پس از گچگیری، تنگی ناشی از قالب گچی احساس میشود.

علائم هشداردهنده:

-درصورت ترک برداشتن، سست شدن و یا گشادشدن بیش از حد قالب گچی به پزشک مراجعه کنید.

-افزایش تورم

-سوزن سوزن شدن یا احساس سوزش

-بوی تعفن اطراف گچ

-ناتوانی برای حرکت دادن عضلات اطراف قالب گچی

-سردی انگشتان دست یا پا که پس از 20 دقیقه پوشاندن گرم نشوند.

-آبی ، قرمز و یا سفید شدن پوست هنگامی که انگشت دست یا پا که از قالب گچی بیرون آمده، فشارداده شود، سفید خواهد شدکه باید ظرف کمت از 2 ثانیه دوباره به رنگ صورتی برگردد.

-علائم سندروم کمپارتمان :درد مقاوم و پیشرونده، درد در حالت استراحت، ضعف حسی، نقص حسی و حرکتی، رنگ پریدگی عضو، احساس سفتی اندام،پرشدگی کند مویرگی.