

امید است والدین گرامی با رعایت آموزش های ذکر شده، به حداکثر بهبودی و سلامت کودک آن خود، دست یافته و از عوارض احتمالی این نوع درمان پیشگیری نمایند.



### اصول نگهداری پا در گچ:

- مهم ترین نکته در اندام گچ گیری شده این است که در صورت وجود هر گونه نگرانی نسبت به گچ، بلافاصله با پزشک معالج تماس بگیرید.
- لازم به ذکر است، باز کردن گچ پا، در اتاق عمل و توسط پزشک انجام می شود.
- اگر چه گچ گیری برای کودک درد ایجاد نمی کند، اما دادن مقداری شیر در حین گچ گیری و در آغوش گرفتن آن، به کودک کمک می کند تا بهتر بتواند آن شرایط را تحمل کند.
- به هیچ وجه در مواردی که پوشک کودک را تعویض می کنید، اجازه ندهید گچ مرطوب شود.

( ۱ )

- حتماً نواحی بالای گچ را کاملاً خشک کنید. در صورت عدم انجام این کار، زخم های ناشی از گچ در آن مناطق رخ می دهد.
- مواظب باشید قسمت های بالای گچ، به مدفوع یا ادرار آلوده نشود، زیرا می تواند سبب زخم شدن پوست آن ناحیه و عفونت شود.



### استحمام کودکی که پای او در گچ است:

بهترین راه این است که فقط تنه و دست های او را با یک اسفنج مرطوب تمیز کرده و سپس با حوله خشک کنید و تا حد امکان از استحمام کودک خودداری کنید. در زمان حمام دادن کودک، دقت کنید گچ و پینه زیر آن خیس نشود. استحمام کودک در صبح روزی که قرار است جهت باز نمودن گچ، به اتاق عمل برود، اشکالی ندارد.



( ۲ )



### مراقبت:

- همانطور که ذکر شد، ممکن است کودک مختصری بیقراری کند. علت این است که شاید سنگینی گچ زیاد باشد که تا خشک شدن کامل گچ ادامه دارد. بهتر است زیر پای کودک در زیر زانو حوله کوچکی را تا کرده و قرار دهید تا پاشنه گچ روی زمین قرار نگیرد. حوله شما باید نخی باشد. از گذاشتن اجسام پلاستیکی زیر گچ خودداری نمایید، زیرا از تبادل حرارتی گچ با هوا جلوگیری کرده و می تواند سبب سوختگی پوست شود.
- کنترل گردش خون اندام در گچ مهم است.
- به رنگ انگشتان اندام در گچ دقت کنید، رنگ انگشتان باید معمولی (اغلب صورتی) باشد و نباید کبود یا خیلی رنگ پریده شود. اگر روی ناخن انگشتان پای گچ گیری شده را فشار دهید، رنگ

( ۳ )



دانشگاه علوم پزشکی تهران  
قطب جامع علمی طب کودکان  
بیمارستان مرکز طبی کودکان  
(واحد آموزش سلامت)

## مراقبت‌های بعد از گچ‌گیری



### برداشتن گچ:

- پس از برداشتن گچ، فعالیت‌های عضو را به تدریج شروع کنید، چون عضوی که برای مدتی در گچ بوده، سفت و ضعیف شده است.
- در صورت وجود ورم، عضو را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.
- به دلیل وجود سلول‌های پوستی مرده، پوست آن ناحیه خشک و پوسته‌پوسته شده و سریعاً زخم می‌شود. پس آن را نخارانید، فقط پوست را به آرامی شسته و با محلول‌های نرم‌کننده مرطوب کنید.



بیمارستان آموزشی درمانی پژوهشی مرکز طبی کودکان:  
آدرس: تهران، انتهای بلوار کشاورز، خیابان دکتر محمد قریب، جنب  
بیمارستان امام خمینی (ره)، پلاک ۶۲، مرکز طبی کودکان  
وبسایت بیمارستان: (آموزش به بیمار)  
<http://chmc.tums.ac.ir>

ناخن انگشت سفید شده و بلافاصله با برداشتن فشار، به رنگ صورتی اولیه برمی‌گردد.  
در صورت هرگونه اختلال در گردش خون امکان **سفت بودن گچ** مطرح است و باید به پزشک اطلاع داده شود.

### خشک شدن گچ:

- محکم شدن قالب گچ ۱۵ تا ۲۰ دقیقه طول می‌کشد، اما اگر کاملاً خشک نشود، استحکام لازم را ندارد. خشک شدن کامل ۲۴ تا ۴۸ ساعت زمان لازم دارد. در این مدت می‌توان از پنکه جهت خشک شدن سریع‌تر گچ استفاده کرد.
- مراقب باشید گچ مرطوب روی سطوح خیلی سفت یا لبه‌های تیز قرار نگیرد.
- پوست ناحیه تماس با لبه گچ را روزانه از نظر زخم بررسی کرده و با انگشت ماساژ دهید.
- احساس حبس شدن در فضای تنگ و بسته باعث اضطراب کودک می‌شود و حمایت نزدیکان می‌تواند به او آرامش دهد.
- گچ‌هایی که بخش‌هایی از تنه و شکم را هم می‌گیرد، ممکن است باعث کند شدن حرکات گوارشی، تهوع و استفراغ شود که باید به پزشک اطلاع دهید.