

ข้อห้ามภายหลังได้รับการเข้าเฝือก

- 1.ไม่ให้เฝือกถูกน้ำ
- 2.ไม่ใช่ไม้กด บีบเฝือกหรือวางเฝือกบนวัสดุแข็ง เช่น พื้นปูน หรือ เคาะกับของแข็งอาจทำให้เฝือกแตกได้
- 3.ไม่ควรดึงสายรัดเฝือกออก เนื่องจากอาจทำให้เฝือกกด หรือเสียดสีผิวหนังภายในเฝือกเกิดเป็นบาดแผลได้
- 4.ไม่ควรใช้ไม้ หรือสิ่งอื่นใส่เข้าไปในเฝือกเพื่อเกา เนื่องจาก จะทำให้ผิวหนังเป็นแผลหรือถลอกเกิดการติดเชื้อ ยกเว้น แป้งบางชนิดที่ออกแบบมาเพื่อใช้สำหรับผู้ป่วยที่ใส่เฝือก โดยเฉพาะ
- 5.ไม่ควรนำเฝือกไปผึ่งไฟ หรือลนด้วยความร้อน
6. ห้ามตัดหรือแกะทำลายเฝือกก่อนกำหนดด้วยตนเอง

อาการผิดปกติที่ควรรีบมาพบแพทย์

1. มีอาการปวดมาก รับประทานยาแก้ปวดแล้วไม่ดีขึ้น
2. เมื่อนิ้วมือหรือแขนข้างที่ใส่เฝือกมีสีเขียวคล้ำหรือสีซีด บวมและปวดมากขึ้นหรือมีอาการชาไม่สามารถขยับนิ้ว มือข้างที่ใส่เฝือกได้
3. มีวัตถุแปลกปลอมหลุดเข้าไปในเฝือก
4. เฝือกหลวม บวม แตกหัก หรือชำรุด
5. ผิวหนังบริเวณขอบเฝือก มีรอยแดงหรือถลอกมีเลือด มีน้ำเหลืองหรือหนองไหลซึมออกจากเฝือก หรือมีกลิ่นเหม็น

หมายเหตุ : หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวหลังเข้าเฝือก สามารถขอคำแนะนำจากแพทย์เพิ่มเติมหรือมาพบแพทย์ก่อนนัดหมายได้

ดูแล ห่วงใย ปลอดภัย เมื่อเข้าเฝือก

จัดทำโดย

- นางอัญชลี เจริญรุ่งโรจน์
 - นายเทิดศักดิ์ มณีวงศ์
- ผู้ช่วยพยาบาล
หน่วยตรวจและติดตามผลการรักษาออร์โธปิดิกส์
งานการพยาบาลผ่าตัด ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

ที่ปรึกษา

- อ.นพ.ปณัฏ เลหาประสิทธิพร
- พว.สุตารัตน์ ศรีสมุทรนาค

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งสุดท้าย ปี พ.ศ. 2563

รหัสหน่วยงาน ns 03210076366

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



แผ่นพับ
สุขภาพ
ออนไลน์



สร้างเสริมสุขภาพศิริราช (สสศ.)



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

คำแนะนำสำหรับการดูแลผู้ป่วย
ที่ได้รับการ เข้าเฝือกแขน



หน่วยตรวจและติดตามผลการรักษาออร์โธปิดิกส์
งานการพยาบาลผ่าตัด
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

SIPI NS1072163

ดูแล ห่วงใย ปลอดภัย เมื่อเข้าเฝือก

เฝือก

เฝือกเป็นอุปกรณ์ที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วยที่มีภาวะกระดูกหัก ภายหลังการจัดตั้งกระดูกให้เข้าที่ หรือตามกระดูก ข้อต่อ กล้ามเนื้อ เส้นเอ็น และเนื้อเยื่อ เพื่อให้แขนอยู่นิ่งและ เป็นการลดความเจ็บปวด อันเกิดจากขยับเคลื่อนไหวของแขน เพื่อให้กระดูก บริเวณดังกล่าวมีการขยับเคลื่อนไหวน้อยที่สุด เป็นการส่งเสริมให้กระดูกที่หักนั้นติดกันได้ดีขึ้นและลดโอกาสกระดูกหักเคลื่อน

ในปัจจุบันมีเฝือกที่นิยมใช้ 2 แบบ ดังนี้

1. เฝือกปูนเป็นวัสดุแข็งทำจากผงปูนพลาสติก ซึ่งเป็น การนำปูนพลาสติกมาเคลือบบนผ้าฝ้าย เมื่อใส่แล้วจะมีสีขาว ขึ้นรูปและตัดได้ง่าย แต่อาจมีข้อเสียคือน้ำหนักมากและความ ทนทานค่อนข้างต่ำ
2. เฝือกพลาสติกสังเคราะห์ มีน้ำหนักเบาและหลากหลาย สี สัน ระบายอากาศได้ดี ทนทาน แต่มีข้อเสียคือ ราคาค่อนข้าง สูง

จุดประสงค์ของการเข้าเฝือก

1. เพื่อให้กระดูกส่วนที่หัก ข้อต่อที่หลุดหรือเนื้อเยื่อที่ บาดเจ็บได้พักและอยู่นิ่ง
2. เพื่อลดอาการเจ็บปวด บวม อักเสบในบริเวณที่เกิดการ บาดเจ็บให้ทุเลาลงและหายเป็นปกติโดยเร็ว
3. ช่วยให้กระดูกที่หักหรือเส้นเอ็นที่ฉีกขาดติดกันได้ดี ยิ่งขึ้น
4. ป้องกันการติดเชื้อและผิดรูปของอวัยวะบริเวณนั้นๆ

ข้อแนะนำเกี่ยวกับการดูแลหลังเข้าเฝือกบริเวณแขน

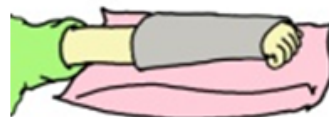
1. เมื่อเฝือกยังไม่แห้งสนิท ห้ามนำผ้าคลุมปิดบริเวณเฝือก ควรอยู่ในที่โล่ง อากาศถ่ายเทสะดวก ไม่อับชื้น เพื่อช่วยให้เฝือกแห้ง เร็วขึ้น เฝือกปูนใช้เวลา 3-5 นาที ในการเข้ารูป และแห้งสนิทใน เวลา 1-3 วัน ส่วนเฝือกพลาสติกใช้เวลาในการแห้งสนิท 15-60 นาที
2. ดูแลเฝือกให้แห้งอยู่เสมอ ถ้าต้องการอาบน้ำให้หุ้มเฝือกด้วย ถุงพลาสติก 2 ชั้น แล้วพันปากถุงด้วยเชือกหรือยางให้แน่นเพื่อ ป้องกันไม่ให้น้ำเข้าไปโดนเฝือก



รูปที่ 1

การปฏิบัติตัวหลังเข้าเฝือกบริเวณแขน

1. หากมีอาการปวดบวมมากบริเวณที่เข้าเฝือก โดยที่อาการ ปวดไม่ตอบสนองต่อยาแก้ปวด ให้รีบมาพบแพทย์ทันที
2. ยกแขนส่วนที่เข้าเฝือกให้อยู่สูงกว่าระดับหัวใจ เช่นในขณะ นอนราบให้วางบนหมอน (รูปที่ 2) หรือในขณะนั่งให้ยกแขนสูงหรือ ใส่ที่คล้องแขน



รูปที่ 2

3. ยกแขนหรือมีผ้าคล้องคอไม่ให้ขยับแขนลงเป็นเวลานาน เนื่องจากจะทำให้เกิดอาการบวมของนิ้วได้

4. เคลื่อนไหวข้อต่อส่วนที่อยู่นอกเฝือกบ่อยๆ เช่น กำเหยียด นิ้วมือ งอเหยียดข้อศอกและยกแขนขึ้นลงเพื่อบริหารข้อไหล่อยๆ
5. สังเกตผิวหนังที่บริเวณขอบเฝือก ถ้าพบอาการบวมแดงเป็น แผลหรือถ้าพบว่าเฝือกแตกหักให้รีบไปพบแพทย์ทันที

ทำบริหารนิ้วมือหลังเข้าเฝือก

1. กางนิ้วมือให้สุด (รูปที่ 3)
2. กำมือ (รูปที่ 4)
3. งอข้อนิ้วมือลง (รูปที่ 5)
4. งอนิ้วให้ตั้งฉาก (รูปที่ 6)
5. ใช้นิ้วโป้งแตะปลายนิ้วจากนิ้วชี้ถึงนิ้วก้อย (รูปที่ 7-8)
6. ใช้นิ้วอีกข้างจับปลายนิ้วแล้วดึงลงให้สุดทุกนิ้ว (รูปที่ 9)



รูปที่ 3



รูปที่ 4



รูปที่ 5



รูปที่ 6



รูปที่ 7



รูปที่ 8



รูปที่ 9