



● 次のような時はかかりつけの
医師に相談してください。

・伸張時に激しい痛みがある
(フォルクマン拘縮など)

・手足が冷たい、爪が紫色
になっている、感覚が
鈍い

・ギプスがあたって痛い
部分がある(装着感の悪さ)

・ギプスがきつく
感じる

・手足指がしびれる



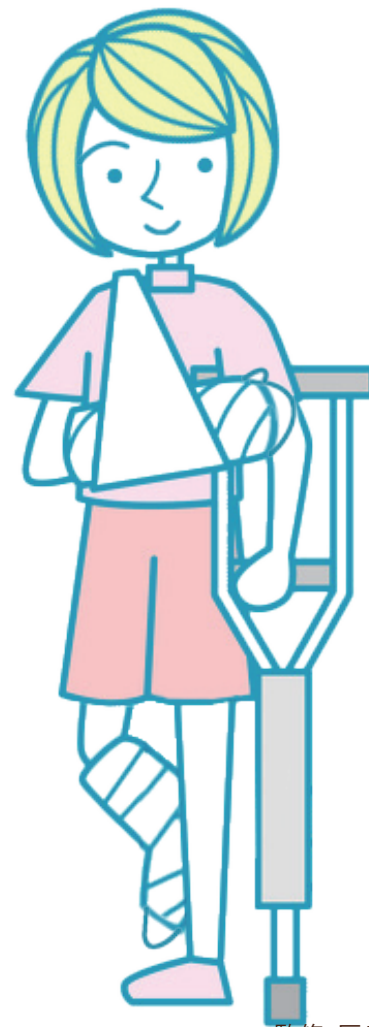
*入浴用プロテクター

リンボ 入浴

検索

病院名・薬局名

今日からギプス生活



●生活する時の注意

- ギプスで固定されていない部分、手や足の指などは頻繁に動かしてください。(腫れを軽減したり、関節が硬くなるのを防止したりするためです。長時間下肢をギプスで固定することで深部静脈血栓症/肺塞栓症になるおそれもあります。) ※注1



- 骨折の場合、骨の形成を促すためにバランス良い食事を摂ってください。タンパク質、カルシウム、ビタミンD、ビタミンKを多く含む食品は積極的に摂りましょう。

就寝時、痛みが強い時などは、患部を心臓よりも高い位置にあげるようにしてください。



(注1: 身体の動かし方は、医師の指示に従ってください。)

●ギプス取扱いの注意

- ギプスを濡らさないでください。(悪臭などの原因になります。) ご入浴される際はビニール袋や紐、タオルなどでギプスを濡らさないようにしてご入浴ください。

※詳しくは裏表紙をご覧ください。

市販のギプス向け入浴用プロテクターを利用すれば手軽にお湯に浸かることもできます。



- ギプスの中にゴミや砂などが入らないようにしてください。



- ギプスの中をとがった物などで搔かないようにしてください。(傷、ただれ、感染症の原因になります。) かゆみがひどい時は、冷風をあててみてください。

- ギプスを傷つけたり、破壊したりしないでください。ギプスの端のざらつきなどが気になる場合は、かかりつけの医師に相談してください。

- 自分でギプスを外さないでください。

- ギプスの中の詰め物を引っ張り出さないでください。

- 車椅子、松葉杖を利用される方はそれぞれの取扱いをよく読んでご利用ください。

