

四、參考資料

鄧崇勵、李素貞、袁光霞、吳依蘋(2022)

• 上石膏病人的護理·於周慧珣總編輯，內外科護理技術(九版，467-476頁)·華杏。

Beeres, F. J.P., Beisemann, N. D., & Jupiter, J.B. (2019). Long-term functional outcomes after cast removal for distal radius fractures. *Journal of Hand Therapy*, 32(3), 347-354.

去除石膏後 注意事項

義大醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路 1 號

電話：07-6150011

義大癌治療醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路 21 號

電話：07-6150022

義大大昌醫院

地址：高雄市三民區大昌一路 305 號

電話：07-5599123



義大醫療財團法人

19.8×21cm 2025.12 印製 2025.12 修訂 HA-1-0040(2)

一、石膏固定目的

1. 作為骨折癒合過程中，固定、支持和保護之作用。
2. 預防及矯正畸形。
3. 肌腱及韌帶扭傷後保護作用。

二、去除石膏後的常見症狀

- (一)肌肉萎縮與無力：由於長期固定，去除石膏後肌肉可能較無力。
- (二)關節僵硬：由於缺乏活動，關節可能變得僵硬，尤其是周邊的小關節。
- (三)皮膚乾燥或脫皮：石膏下的皮膚在固定期間無法正常透氣，可能會出現乾燥、脫皮甚至皮疹。
- (四)腫脹與不適感：去除石膏後患處仍可能出現輕微腫脹及不適感，特別是在活動過程中，建議由短時間下床，再逐漸增長下床時間。

三、照護注意事項

(一)皮膚護理：

1. 石膏去除後，用溫水和溫和的肥皂輕輕清洗患處，避免用力搓洗。

2. 若皮膚乾燥或脫皮屑，以中性肥皂及清水輕洗皮膚，塗抹無刺激性的保濕乳液，避免使用含有香料的產品
3. 若皮膚發紅或有潰爛跡象，應及時就醫。
4. 若肢體腫脹可抬高患肢，促進循環以防肢體水腫。

(二)復健運動：

1. 根據醫師或復健師的指導進行輕微的活動或伸展運動，促進肌肉和關節恢復正常功能。
2. 初期避免劇烈運動或提重物，並在感覺到疲勞或不適時立即休息。

(三)患處保護：

1. 去除石膏後，患處可能仍然需要一段時間的保護，建議穿戴輕便護具或使用彈性繃帶。
2. 避免重複受傷的風險，逐步恢復日常活動。

(四)觀察異常症狀：

若去除石膏後出現持續腫脹、劇烈疼痛、皮膚顏色異常或持續麻木感，應立即就醫。