

ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้ป่วยเข้าเฝือก (Splint)



ศูนย์ : ศูนย์กระดูกและข้อ

เฝือก (Splint) คือ เครื่องดามสำหรับใช้ดามกระดูกและข้อ เพื่อให้ส่วนที่ถูกหุ้มด้วยเฝือกนั้นไม่สามารถเคลื่อนไหวไปมาได้ แต่ร่างกายส่วนอื่นๆ ที่อยู่นอกเฝือกสามารถเคลื่อนไหวได้ นอกจากนี้ยังสามารถใช้ปกป้องเนื้อเยื่ออื่นๆ ที่ได้รับบาดเจ็บ ลดความเจ็บปวด บวม และส่งเสริมให้กระดูกหักนั้นติดกันดีดังเดิม โดยวัสดุที่ใช้ทำเฝือกนั้น ได้แก่ ปูนปลาสเตอร์ และพลาสติก

การดูแลเฝือก

เฝือกใช้เวลาแข็งตัว 3-5 นาที หลังจากแพทย์ใส่เฝือกให้ แต่เฝือกที่แข็งตัวแล้วยังมีสภาพเปื่อยชื้นและบวมง่าย ซึ่งต้องใช้เวลาประมาณ 1-2 วันจึงจะแห้งสนิท เฝือกที่แห้งสนิทแล้วจะมีความแข็งแรง

และน้ำหนักจะเบาลงกว่าขณะที่เป็ยกขึ้นมาก

ถ้าดูแลทะนุถนอมจะสามารถใช้ได้นานจนถึงเวลาที่จะเปลี่ยนหรือถอด ในช่วง 3 วันแรกหลังใส่เฝือก ควรดูแลดังนี้

1. **ป้องกันเฝือกแตกหัก หรือบวม** ในช่วงเฝือกเป็ยกขึ้น หรือยังไม่แห้งสนิท โดยควรวางเฝือกบนวัสดุนุ่ม เช่น หมอนหรือฟองน้ำ หลีกเลี่ยงการวางเฝือกบนวัสดุแข็ง เช่น วางส่วนของสนเท้านบนพื้นปูน หรือใช้ส่วนของข้อศอกเท้านักเกาอี้ ควรประคองเฝือกในระหว่างที่เคลื่อนย้าย หรือลุกออกจากเตียงอย่างระมัดระวัง และหลีกเลี่ยงการใช้ปลายนิ้วกดหรือบีบเล่น
2. **ดูแลให้เฝือกแห้งเร็ว** ควรวางเฝือกในที่โล่ง อากาศถ่ายเท สะดวก ไม่อับชื้น ไม่ควรนำผ้าห่มหรือสิ่งใดๆ คลุมบนเฝือก สามารถใช้พัดลมเป่าให้เฝือกแห้งเร็วขึ้นได้ ห้ามนำเฝือกไปผึ่งไฟ หรือใกล้ความร้อน

การปฏิบัติเมื่อเฝือกแห้งดีแล้ว

1. ไม่ควรให้เฝือกเป็ยกขึ้นหรือสกปรก
2. ควรมีสันยางสำหรับเป็นตัวรับน้ำหนัก ไม่ควรให้เฝือกเป็นตัวรับน้ำหนักทั้งหมด
3. ไม่ควรลงน้ำหนัก หรือเดินบนเฝือก

ภาวะแทรกซ้อนที่อาจขึ้น

1. เฝือกหลวม เนื่องจากอวัยวะภายในเฝือกยุบวมลง หรือเข้าเฝือกไม่กระชับตั้งแต่แรก
2. เฝือกคับหรือแน่นเกินไป เกิดจากการบวมของอวัยวะ หากปล่อยให้ให้อวัยวะอยู่ในตำแหน่งต่ำเกินไป
3. การเข้าเฝือกนานเกินไป ทำให้ข้อยึดติด
4. การถอดเฝือกออกเร็วเกินไป โดยที่กระดูกยังไม่ติดกันดี ทำให้เกิดการเคลื่อนหลุดของปลายกระดูกที่หัก ติดกันผิดรูป ติดซ้ำ หรือไม่ติดกัน

คำแนะนำในช่วงใส่เฝือก

1. ควรเกร็งกล้ามเนื้อที่อยู่ใต้เฝือกบ่อยๆ และเคลื่อนไหวส่วนที่อยู่ภายนอกเฝือก หรือข้อต่างๆ ที่อยู่ใกล้เคียง เช่น หากใส่เฝือกขา ควรเคลื่อนไหวนิ้วเท้า และเกร็งกล้ามเนื้อน่องบ่อยๆ
2. ห้ามตัดทำลายเฝือก หรือนำสำลี หรือวัสดุรองรับเฝือกออกเอง
3. ไม่ควรให้เฝือกกระทบกับวัสดุแข็งบ่อยๆ เพราะอาจได้รับแรงกดจนเฝือกแตก หรือยุบได้ เช่น การเหยียบ หรือวางเฝือกลงพื้นแข็งโดยตรง
4. ห้ามให้พื้นเฝือกเป็ยก หรือโดนน้ำ หรือถูกความร้อน
5. ห้ามใช้ของแข็ง ของมีคม หรือวัสดุที่หักหลุดง่าย สอดเข้าไปในเฝือก เพราะอาจทำให้ผิวหนังถลอก

และเกิดบาดแผลได้

6. ควรยกส่วนแขน หรือขาที่เข้าเฝือกให้สูงอยู่เหนือระดับหัวใจเสมอ เพื่อช่วยให้เลือดเกิดการไหลเวียนที่ดี เวลานั่งหรือนอน ควรใช้หมอนหนุนแขนหรือขาที่เข้าเฝือกไว้ และเวลาเดิน ยืน ควรใช้ผ้าคล้องคอสำหรับผู้ที่ใส่เฝือกแขน
7. ควรพบแพทย์ตามนัดเป็นประจำ

ควรรีบมาพบแพทย์ทันที หากเกิดอาการผิดปกติ หรืออาการปวดมากยิ่งขึ้น ดังนี้

- นิ้วมือ หรือนิ้วเท้าข้างที่เข้าเฝือกมีสีเขียวคล้ำ หรือซีดขาว บวมมากขึ้น หรือมีอาการชา
- ไม่สามารถขยับนิ้วมือ หรือนิ้วเท้าข้างที่ใส่เฝือกได้
- เมื่อมีวัตถุแปลกปลอมหลุดเข้าไปในเฝือก
- เฝือกหลวม เฝือกบวม หรือแตกหัก
- มีเลือด น้ำเหลือง หรือน้ำหนองไหลซึมออกมาจากเฝือก หรือส่งกลิ่นเหม็น