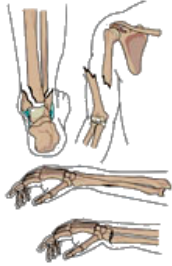


การใช้เฟือก

เฟือก คือ เครื่องตามที่ใช้ตามกระดูก และข้อ ส่วนที่ถูกหุ้มด้วยเฟือกนั้นอยู่ จะนิ่งๆ โดยสามารถเคลื่อนไหวร่างกายส่วนอื่นๆ ที่อยู่นอกเฟือกได้ นอกจากนี้ยังสามารถใช้ปกป้องเนื้อเยื่ออื่นๆ ที่ได้รับการบาดเจ็บได้

เฟือกนิยมใช้ในการรักษาโรค ตัวอย่างนี้

1. ใช้ตามกระดูกหัก หรือข้อที่ได้รับบาดเจ็บ
2. ใช้ตามส่วน ของร่างกายที่มีการอักเสบได้หยุดพัก เช่น ภาวะกระดูกติดเชื่อเป็นหนอง
3. ใช้ป้องกันความผิดปกติของข้อต่างๆ จากการหดเกร็งของกล้ามเนื้อหรือเนื้อเยื่ออื่นๆ เช่น ในผู้ป่วยอัมพาต แผลไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก เป็นต้น
4. ใช้ป้องกันกระดูกหักในกรณีที่กระดูกเป็นโรค เช่น ในผู้ป่วยที่เป็นเนื้องอกกระดูกหรือโรคอื่นๆ ของกระดูก
5. ใช้ตัดแก้ความผิดปกติของร่างกาย โดยการใส่เฟือกหลายๆ ครั้ง ค่อยๆ ยึดให้อวัยวะส่วนนั้นกลับมาสู่ลักษณะปกติ เช่น ในภาวะกระดูกสันหลังหักคด



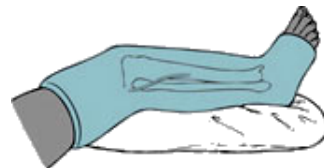
การดูแลเฟือก

เฟือกใช้เวลาแข็งตัวประมาณ 3 – 5 นาที หลังจากที่แพทย์ใส่เฟือกให้ แต่เฟือกที่แข็งตัวแล้ว นี้ก็ยังมีสภาพเปื่อยขึ้นและบวมง่ายอยู่ จนกว่าจะแห้งสนิท ซึ่งจะต้องใช้เวลาประมาณ 2 – 3 วัน

เฟือกที่แห้งสนิทจะมีความแข็งแรงกว่าขณะที่เปื่อยอยู่มาก และน้ำหนักจะเบาลง ถ้ารู้จักทบทวนหมักก็สามารถใช้เฟือกนั้นได้นานถึงเวลาที่จะเปลี่ยน หรือถอดออก ดังนั้น ผู้ป่วยต้องทราบถึงการดูแลเฟือก ดังนี้

ในระยะ 3 วันแรก

1. ป้องกันเฟือกหักหรือบวมในระหว่างที่เฟือกยังขึ้นอยู่ ดังนี้
 - 1.1 ให้อากาศถ่ายเทบริเวณผิวหนัง เช่น หมอนหรือฟองน้ำ
 - 1.2 หลีกเลี่ยงการวางเฟือกบนวัสดุแข็ง เช่น การวางส่วนของสันเท้าบนพื้นปูนหรือใช้ส่วนของข้อศอกเท้าพนักเก้าอี้ เป็นต้น
 - 1.3 ควรระมัดระวังเฟือกในระหว่างเคลื่อนไหวอย่างระมัดระวัง
 - 1.4 หลีกเลี่ยงการใช้มือกดหรือบีบเฟือกเล่น



2. การทำให้เฟือกแห้งเร็ว

- 2.1 วางเฟือกบนผ้า เพื่อดูดความชื้นได้ดีและวางบนที่ ๆ อากาศถ่ายเทได้สะดวก
- 2.2 การใช้พัดลมเป่าจะช่วยให้เฟือกแห้งเร็ว
- 2.3 ไม่ควรใช้ผ้าห่มหรือสิ่งอื่นใดปกคลุมบนเฟือก

ในระยะที่เฟือกแห้งดีแล้ว

1. อย่าให้เฟือกได้รับความเปียกชื้น เช่น การเดินในสนามหญ้าตอนเช้า ๆ หรือถูกน้ำจมนเปือก เวลาอาบน้ำควรใช้ถุงพลาสติกหุ้มเฟือกเพื่อกันน้ำ อาจใช้ถุงสวมทับหลาย ๆ ชั้น โดยการมัดปากถุงที่คนละระดับ ก็จะช่วยกันน้ำได้ดียิ่งขึ้น
2. ไม่ควรลงน้ำหนักหรือเดินบนเฟือก ถ้าแพทย์ยังไม่อนุญาต
3. แม้เฟือกจะแห้งดีแล้ว ก็ไม่ควรให้เฟือกรับน้ำหนักอย่างเต็มที่ ยกเว้นสั่งอย่างเป็นทางการ



Short Leg Cast

Leg Cylinder Cast

Long Leg Cast

คำแนะนำ

1. พยายามเคลื่อนไหวส่วนที่อยู่ภายนอกเฝือก เพื่อช่วยลดอาการบวม



2. ห้ามตัดเฝือกออกเองทั้งหมดหรือบางส่วน
3. ห้ามทำให้เฝือกเปียกน้ำหรือลนด้วยความร้อน เพื่อให้แห้งเร็ว



4. อย่าให้เฝือกได้รับแรงกดดันแตกหรือยุบ เช่น เหยียบหรือวางบนพื้นแข็งโดยตรง
5. ห้ามใช้ของแข็งแหลมเข้าไปในเฝือก เพื่อแก้อาการคันเพราะอาจทำให้ผิวหนังถลอกและมีแผล
6. อย่าดึงลวดหรือวัสดุเฝือกออก
7. ยกส่วนแขนหรือขาที่ได้รับบาดเจ็บ ใส่เฝือกให้อยู่เหนือระดับหัวใจ ขณะพักนอนเสมอเพื่อลดการบวม



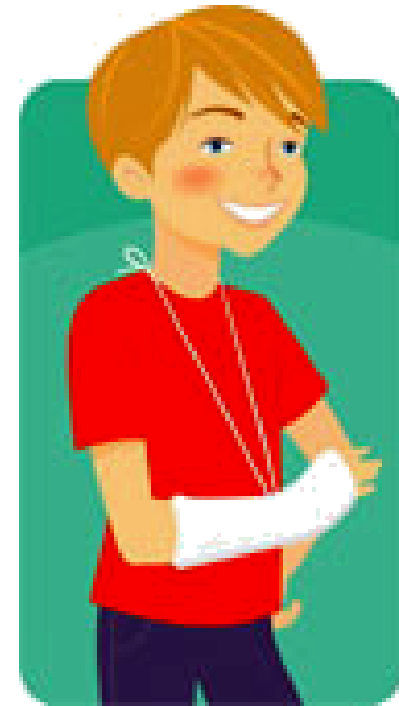
8. ให้มาพบแพทย์โดยเร็วที่สุด เมื่อมือหรือเท้าส่วนที่ใส่เฝือกบวมมาก รู้สึกเจ็บปวดหรือแสบร้อน ทั้ง ๆ ที่ได้ยกส่วนที่ใส่เฝือกไว้สูงเหนือระดับหัวใจและไม่ระงับด้วยยาแก้ปวดธรรมดา



- สังเกตว่าปลายนิ้วหรือเล็บมือเขียวคล้ำกว่าข้างปกติ รู้สึกชาหรือเหน็บเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ กำลังในการขยับอวัยวะส่วนที่โผล่ออกมาทางปลายเฝือกลดน้อยลงเรื่อย ๆ เช่น ไม่มีแรงกำหรือแบนิ้วมือ คล้ำซีฟัวซึ่งเคยคล้ำได้ปกติ (ตามที่แพทย์อาจแนะนำ) นั้นเบาลงหรือคล้ำไม่พบ มีหนองหรือสารเหลวผิดปกติซึมเปื้อนเฝือกไหลออกมาจากใต้เฝือกหรือส่งกลิ่นเหม็น เฝือกหักหรือแตกร้าว เฝือกหลวมหรือหลุด



การดูแล เฝือก



จัดทำโดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา
โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์
จังหวัดนครสวรรค์

โทร. 056 - 219888 ต่อ 5200, 9801