

مراقبت از آتل:

در صورتی که با آتل از بیمارستان مرخص می شوید، رعایت این نکات برای شما ضروری است:

- حتی زمانی که نشسته اید یا دراز کشیده اید، ناحیه آسیب دیده را بالاتر از سطح قلب قرار دهید. این مهمترین اقدام در ۲۴ ساعت اول است. اما ممکن است بسته به نوع آسیبی که شما دیده اید، زمان طولانی تری مورد نیاز باشد که پرستار به شما توصیه می کند. توجه داشته باشید که تورم مختصر در انگشتان اندام آسیب دیده طبیعی است.
- در طول ۲۴ ساعت اول می توانید کیسه یخی را که داخل پارچه پیچیده شده است، کنار آتل در ناحیه آسیب دیده قرار دهید. هر ۲ ساعت ۲۰ دقیقه کیسه یخ قابل استفاده است.
- در مدت ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول که هنوز آتل خوب شکل نگرفته و خشک نشده است، روی آن را با هیچ چیز نپوشانید. روی آتل را حداقل تا ۴۸ ساعت نیروی وزن اضافی و فشار وارد نکنید.
- سطح آتل را تمیز نگه دارید. با استفاده از یک پارچه تمیز مرطوب می توانید سطح آتل را تمیز کنید. داخل آتل را با کمی پنبه الکلی پاک کنید، سپس در معرض هوا قرار دهید تا خشک شود.
- آتل هرگز نباید خیس شود چون پوست مرطوب مستعد آلودگی است. هنگام استحمام یا زیر باران آتل را با یک کیسه پلاستیکی بپوشانید.
- هیچ گاه جسم خارجی زیر گچ یا آتل قرار ندهید. خراش و آسیب دیدگی پوستتان ممکن است باعث ایجاد زخم و عفونت پوستی شود.

➤ مفاصل سالم مجاور را که با آتل بی حرکت شده اند، حرکت دهید. مثلاً اگر آتل بلند پا دارید، مفاصل انگشتان پا و مفصل لگن را نرمش دهید. اگر آتل بازو دارید، مفاصل شانه، آرنج، شست و انگشتان دست را ورزش دهید.

در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر، فوراً به پزشک مراجعه کنید:

- اگر اندام زیر آتل تورم شدید دارد.
 - اگر قادر به حرکت دادن مفاصل مجاور نیستید.
 - اگر انگشتان دست یا پا بی حس شده اند.
 - اگر زیر آتل زخم یا جراحت ایجاد شده و یا بوی نامطبوع از آن حس می کنید.
 - اگر در ناحیه انگشتان احساس کبودی یا سردی میکنید.
 - در صورتی که آتل ترک یا شکستگی دارد.
 - اگر درد شدیدی دارید که با مسکن برطرف نمی شود.
- مراجعه سریع و به موقع شما به مرکز درمانی از بروز مشکلات بعدی جلوگیری می کند.