

العناية بالجبيرة المؤقتة (الجبيرة النصفية)



وُضعت لك جبيرة مؤقتة تُسمى الجبيرة النصفية لدعم إصابتك. هي نصف جبيرة مثبتة بضمادة، فتترك مجالاً للتورّم. توضّح لك هذه الورقة كيف تعتني بها، وما العلامات التحذيرية التي يجب أن تنتبه إليها.

ما هو؟

الجبيرة النصفية قالب صلب من الجبس أو الألياف يوضع على جهة واحدة من الذراع أو الساق، وتُلفّ حوله ضمادة. تُبقي الجزء المصاب ثابتاً حتى يلتئم وحتى يخفّ التورّم. عادةً تُستبدل جبيرة كاملة أو تُفحص مجدداً في العيادة خلال أيام قليلة.

كيف تعتني بنفسك في المنزل

- ارفع الطرف المصاب فوق مستوى القلب قدر الإمكان خلال أول يومين إلى ثلاثة أيام.
- حرّك أصابع اليد أو القدم كثيراً لتحسين الدورة الدموية وتقليل التورّم.
- حافظ على الجبيرة جافة، وغطّها بكيس بلاستيكي عند الاستحمام، ولا تغمرها في الماء.
- لا تُدخل أي شيء داخل الجبيرة للحكّ، ولا تنزع البطانة.
- لا تقصّ الجبيرة أو الضمادة ولا تغيّرهما بنفسك.
- إذا كانت الجبيرة على الساق، فلا تضع وزنك عليها إلا إذا سُمح لك بذلك.
- استعمل العكازات أو حمالة الذراع تماماً كما علّمت.

المتابعة

الأدوية

- لتخفيف الألم يمكنك تناول الباراسيتامول ما لم يمنعك الطبيب، واتّبِع تعليمات العبوة أو الطبيب.
- قد يفيد الإيبوبروفين أيضاً، إلا إذا كانت لديك قرحة في المعدة أو مرض في الكلى أو بعض أنواع الربو، أو كنت حاملاً.
- احضر موعد عيادة الكسور أو موعد المتابعة في التاريخ المحدّد لك، فهذا مهم.
- إذا لم يكن لديك موعد خلال أسبوع، فتواصل مع الطبيب العام أو المركز الصحي.

عُد إلى قسم الطوارئ أو اتصل بالإسعاف فوراً إذا:

- تنميل أو وخز في أصابع اليد أو القدم، أو عدم القدرة على تحريكها
- تحوّل لون الأصابع إلى الشحوب أو الازرقاق، أو برودتها
- ألم يزداد سوءاً ولا يخفّ بالمسحّ أو برفع الطرف
- الجبيرة ضيقة جداً حتى بعد رفع الطرف ساعة كاملة
- الجبيرة متشققة أو لينة أو مرتخية أو مبلّلة كثيراً
- رائحة كريهة أو سائل يخرج من الجبيرة، أو ارتفاع في الحرارة

