



骨折(疑いも含めて)のケアについて

★骨折の疑いがある場合

レントゲンで明らかな骨折がないように見えても、「腫れが強い、痛みが強い」場合は、安静を保つためギプス固定などを行うことがあります。固定などをしなかった場合、4～5日たっても症状が改善しないときは、再度受診をしてください。

★骨折と診断された場合

年齢、骨折の部位や種類によって異なりますが、約 3～6 週間の固定を必要とし、その間は週に 1 回程度の通院が必要になります。ギプス固定中の注意事項は以下の通りです。

①骨折している部位を冷やし、なるべく心臓より高い位置にあげましょう。折れている骨の周囲が腫れると、痛みの原因になると同時に治るのが遅れます。そのため、けがをして 1～2 日は、怪我をした部位に(ギプス固定の上から)アイスパックなどを当てて冷やし、怪我をした部位の下にタオルなどを挟んで高くするように心がけましょう。

②骨折の痛みについて

骨折の痛みは冷却し、高い位置にすることや固定をして動きを制限することで和らげることができます。痛み止めを使用することも有用です。怪我をしてから 1～2 日をピークに痛みは徐々に和らいでいくはずですが、固定した後から痛みが強くなる場合や、別の部位が痛くなるような場合には固定がうまく出来ていない可能性がありますので、早めに受診をしてください。

③固定について

ギプスなどで固定をした後はなるべく濡らさないようにしましょう。怪我をして1～2日はお風呂に入ると腫れがひどくなる可能性があるのでやめておきましょう。

★以下の場合にはすぐに受診をしてください。

- ・痛みやしびれがひどくなる。
- ・手足の指先の色がおかしい。
- ・腫れがひどくなり、固定がきついつと感じる。

