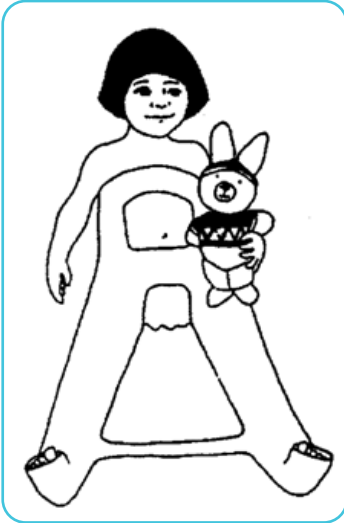


# Chăm Sóc Băng Bột Spica



## Tôi phải làm thế nào để chăm sóc cho con tôi được băng bột spica?

Con của quý vị sẽ bị mệt vào lúc đầu sau khi băng bột, vì thế, quý vị không nên cho phép nhiều người đến thăm cùng một lúc.

Quý vị có thể dùng bút màu hoặc keo màu để trang trí băng bột, nhưng nên tránh dùng sơn dầu và sơn xịt vì hai loại sơn này có thể thấm vào băng bột và gây bệnh da trầm trọng. Quý vị cũng nên tránh dán quá nhiều hình dán hoặc trang trí bằng những thứ vật khác vì băng bột cần phải có đủ chỗ trống để không khí có thể lọt vào.

Quý vị hãy mời những người đến thăm tham gia vào các trò chơi sinh động. Hoạt động nhiều ban ngày sẽ giúp cho con quý vị ngủ ngon hơn ban đêm.

## Cách sửa thể nằm, nâng người lên

Trước khi xuất viện, yêu cầu y tá chỉ dẫn cách lật và đặt thể nằm mới cho con. Quý vị phải sửa thể nằm cho cháu cách mỗi 3 hoặc 4 tiếng đồng hồ một lần trong ngày.

Quý vị **đừng bao giờ** nâng lên người được băng bột spica bằng cách cầm cây thanh ngang giữa hai chân. Nếu con quý vị lên tuổi thiếu niên, quý vị có thể cân nhắc việc mượn một cái xà treo (trapeze) đặt ngang phía trên giường.

## Quần áo

Con của quý vị có thể mặc quần áo bên ngoài băng bột (mang vớ hình ống vào bàn chân, quần đùi hay quần yếm (overalls) mặc vào bằng cách tháo đường may trong háng hoặc ngoài hông và dùng những mảnh dính velcro để đóng lại).

Nên mặc áo thể thao hay áo thun to để tránh bị những mẩu đồ ăn vụn lọt vào trong băng bột.

## Tắm rửa

Quý vị hãy lau rửa cho con mỗi ngày một lần. Nhớ rửa da gần rìa băng bột với một ít xà bông rồi lau cho thật khô.

Nên kiểm tra làn da của con xem có chỗ nào bị lở loét. Dùng đèn pin để soi vào trong băng bột, nhất là ở khu đốt sống cùng. Nếu cháu có vết mổ, quý vị nhớ hỏi cách chăm sóc cho vết thương. Các vết thương nằm trong băng bột thường không cần phải chăm sóc.

## Ăn uống

Vào lúc đầu, con của quý vị có thể kêu đau dạ dày hoặc khó thở. Những chứng này thường hết đi sau một vài ngày. **Goi điện cho bác sĩ nếu các chứng này còn kéo dài.**

Hãy thử cho cháu ăn nhiều bữa ăn nhỏ hơn trong ngày thay vì ăn ba bữa lớn.

Ăn uống điều độ là cách hiệu nghiệm nhất để ngăn ngừa chứng táo bón (là một vấn đề thường gặp trong bệnh nhân có băng bột hoặc uống một số loại thuốc giảm đau). Quý vị hãy cho con ăn nhiều trái cây tươi, rau cải, các loại ngũ cốc và bánh mì nguyên hạt, và uống nhiều nước.

### Cách giữ cho băng bột spica khô và sạch

Nếu thấy băng bột bị ố vì nước tiểu, hãy làm thử cách này: Pha nửa giấm với nửa nước. Ngâm một cái khăn trong nước giấm này, rồi áp khăn vào những chỗ ố nước tiểu. Sau 1-2 phút, lấy khăn ra và để băng bột khô tự nhiên trong không khí hoặc sấy khô bằng máy sấy tóc (chỉ dùng hơi gió mát). Trong lúc băng bột còn hơi ướt, hãy xoa lên một ít phấn em bé cho băng bột được có mùi thơm. Quý vị cũng có thể xoa dầu đinh hương vào bên ngoài băng bột (không thoa trực tiếp lên da) để che giấu mùi hôi.

Nếu thấy băng bột bị ố ở bất cứ chỗ nào thì quý vị có thể rửa theo cách nói trên, chỉ khác một điều là không pha giấm vào nước.

### Tã lót

Quần tã loại dùng một lần rồi vứt là loại tã nhét vào trong băng bột dễ nhất và thấm nước nhiều nhất. Khi thay tã, hãy nhét mảnh trước vào trong chỗ hở ở phía trước của băng bột. Sau đó lật cháu nằm sấp lại và nhét mảnh sau vào phía sau của băng bột. Cách này sẽ làm cho tã vừa vặn, gọn gàng.

Quý vị nên thay tã ít nhất mỗi hai tiếng đồng hồ một lần. Thường xuyên kiểm tra tã để phòng băng bột bị ướt hay dơ.

Loại tã tốt nhất để dùng làm tã bọc bên ngoài là tã lớn làm bằng vải có kim gai. Cho cháu mặc tã bọc bên ngoài để giữ chặt tã lót bên trong. Dùng tã vải là rẻ tiền hơn dùng loại tã cỡ lớn chỉ dùng một lần.

Thỉnh thoảng con của quý vị có thể tiểu nhiều quá đến nỗi nước tiểu thấm xuyên qua tã vào băng bột. Quý vị có thể dùng tã vải để hút nước ra khỏi băng bột. Nếu bên trong băng bột đủ rộng, hãy nhét tã vào trong chỗ hở băng bột ở háng và kéo lên qua phía trong tới chỗ hở ở trên. Để tã trong đó một hồi cho thấm hết nước tiểu, rồi lấy ra.

Việc dùng miếng lót tã (diaper liner) có thể giúp ích nếu con quý vị đi tiểu nhiều.

### Đi vệ sinh

Đối với những cháu lớn hơn, một cách tốt là dùng xô làm bằng kim loại. Quý vị có thể mua loại xô này tại cửa hàng bán thiết bị y tế. Sắp xếp chỗ kín đáo cho cháu sử dụng xô. Lót giấy bọc ni lông vào trong hoặc phủ ngoài bằng túi ni lông trước khi sử dụng để dễ dàng dọn dẹp hơn.

Thuốc làm mềm phân (có thể mua mà không cần toa bác sĩ) có thể giúp giảm chứng táo bón do không hoạt động và dùng thuốc giảm đau. Nếu sau ba ngày con của quý vị vẫn chưa đi cầu được, hãy gọi điện cho văn phòng bác sĩ để hỏi xem cháu có cần dùng thuốc nhuận tràng hay không.

Chúng tôi đã nghiệm thấy rằng kẹo hình gấu hiệu Gummie Bears không

đường hoặc ít đường, chứa chất sorbital, có thể có tác dụng giống thuốc nhuận tràng đối với một số cháu.

### Hoạt động

Hãy hỏi bác sĩ giải phẫu xem con của quý vị sẽ bị giới hạn như thế nào trong những hoạt động như bò, lăn, ngồi, đi, hoặc dùng nạng hay khung tập đi.

Trước khi xuất viện, tìm cách để có được một chiếc xe lăn loại có lưng dựa nửa chùng và nơi gác chân có thể điều chỉnh lên xuống được. Ngoài ra, quý vị còn có thể cần có một số thiết bị khác như: nạng, một cái xà treo di động đặt cạnh giường, và một cái xô làm bằng kim loại.

Chờ con quý vị đi dạo chơi càng nhiều càng tốt. Thử chơi với cháu các trò chơi và hoạt động đòi hỏi sự vận động bằng hai cánh tay.

Có thể quý vị nên cân nhắc việc sắm một chiếc bao đậu lớn (beanbag chair) cho cháu ngồi.

Xe tập đi ba bánh Steady Steps Walker Trike hiệu Playskool (hoặc bất cứ loại xe tương tự) rất hợp đối với các cháu mới biết đi. Xe này có yên ngồi hẹp nên băng bột không bị vướng víu, và quý vị có thể tháo bánh ra để xe không lăn được.

### Ngủ

Nhiều khi cháu bị khó ngủ vì hoạt động ít hơn thường lệ, và trong thời gian nằm viện giờ giấc ngủ bình thường bị thay đổi. Con quý vị có thể thấy dễ ngủ hơn khi nằm nghiêng, hoặc nằm sấp (dùng gối để chêm các thể nằm).

### Ngứa ngứa

Chứng ngứa thường phát sinh khi da bị ướt hoặc có vết thương đang lành lại. Để đỡ ngứa, quý vị có thể dùng máy sấy tóc (chỉ dùng hơi gió mát). Thuốc Benadryl cũng giúp giảm ngứa và quý vị có thể mua thuốc này ngoài tiệm thuốc, không cần toa bác sĩ.

Băng bột làm bằng sợi thủy tinh cho phép không khí có thể thấm qua và thông đến những chỗ bị ngứa hay ướt.

Đừng dùng bất cứ vật gì để gãi ở trong băng bột (như mặc áo, kim đan, v.v...) Thay vì đó, hãy tìm cách cho cháu nghĩ về chuyện khác (kể chuyện, chơi trò chơi) cho tới khi hết ngứa.

### Lúc rời khỏi con mình

Hãy sắp xếp một tín hiệu nào đó (chẳng hạn như một cái còi hay chuông nhỏ) để cháu có thể gọi quý vị lúc đang đêm.

Những đứa lớn tuổi hơn thường cảm thấy yên tâm hơn khi có điện thoại bên cạnh. Khi cần phải đi vắng nhà, quý vị nên sắp xếp cho một người khác trông hộ.

### Tôi có thể làm thế nào để chuyên chở con tôi?

Muốn chuyên chở trẻ em có băng bột spica thì phải tính toán trước.

Nếu có thể được, kỹ thuật viên sẽ băng bột cho con quý vị sao cho có hình

### ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN

- Khoa Chính Hình  
206-987-2109
- Nhà cung cấp dịch vụ y tế cho con quý vị
- [www.seattlechildrens.org](http://www.seattlechildrens.org)

### DỊCH VỤ THÔNG DỊCH MIỄN PHÍ

- Nếu ở bệnh viện, hãy hỏi y tá của con quý vị
- Nếu ở ngoài, hãy gọi Đường Dây Thông Dịch Dành Cho Gia Đình miễn phí theo số 1-866-583-1527. Nói cho thông dịch viên biết tên hay số điện thoại phụ của người quý vị cần gặp.
- Đối với người bị điếc hay khiếm thính, hãy gọi số 206-987-2280 (TTY)

dáng vừa vặn với ghế an toàn của cháu. Tuy nhiên, nếu băng bột không có khúc cong, có thể con quý vị sẽ không thể ngồi được trong ghế an toàn loại thông thường và do đó cần dùng ghế an toàn hay dây buộc đặc biệt. Trong một số trường hợp các loại dây buộc đặc biệt cũng không bảo đảm an toàn được nên con quý vị sẽ cần dùng phương tiện chuyên chở chuyên nghiệp như xe cứu thương.

Khi đi xe, không nên đặt con quý vị ngồi trong ghế lưng dựa đã bật ra phía sau. Trong tư thế này, dây an toàn không thể tiếp xúc đúng cách với cơ thể cháu và do đó nếu gặp tai nạn cháu có thể bị chấn thương trầm trọng. Quý vị không được chở con bằng cách cho ngồi vào thùng xe tải.

Con của quý vị có thể đi máy bay, nhưng có khi quý vị được yêu cầu mua nhiều hơn một vé. Hãy hỏi thêm về vấn đề này trước khi xuất viện.

### KHI ĐẾN LÚC THÁO BĂNG BỘT, TÔI CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ GIÚP CON TÔI CHUẨN BỊ?

Trẻ em thường cảm thấy an toàn hơn khi còn mang băng bột. Mất đi sự an toàn này, cộng thêm tiếng cửa băng bột ồn ào và quang cảnh của phòng băng bột có thể làm cho cháu sợ sệt. Quý vị có thể nghĩ đến việc cho con của mình uống thuốc Tylenol (hoặc thuốc cầm đau theo toa bác sĩ) một tiếng đồng hồ trước khi tháo băng.

Quý vị cũng nên dành thời gian để chơi với con mình, dùng máy hút bụi có gắn ống hút và làm bộ tháo băng bột ra. Khi đi cửa băng bột, bảo với con rằng đây là máy hút bụi chứ không gọi là máy cửa.

Sau nhiều tuần lễ mang băng bột, các khớp của con quý vị có thể bị cứng và khó cử động. Tình trạng này dần dần sẽ trở lại bình thường. Tắm nước nóng để làm giảm bớt sự khó chịu và giúp hồi phục mức độ cử động.

Khoảng một hai tuần lễ đầu lúc mới tháo băng có thể là thời gian gay go cho con và gia đình quý vị. Tùy theo loại phẫu thuật và chẩn đoán, có khi phải mất cả một tháng trước khi khớp xương và chân tay được cử động bình thường trở lại.

### LÚC NÀO TÔI NÊN GỌI BÁC SĨ?

Xin hãy gọi bác sĩ nếu con quý vị bị:

- Tê hoặc ngứa ran ở ngón chân
- Sưng ngón chân
- Gãy hoặc nứt băng bột
- Kêu đau khác thường
- Sốt trong lúc hồi phục sau khi giải phẫu

Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle cung cấp dịch vụ thông dịch miễn phí cho các bệnh nhân, thành viên gia đình và đại diện hợp pháp bị điếc, khiếm thính, hay không biết nói tiếng Anh. Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle sẵn sàng cung cấp thông tin này bằng hình thức khác tùy theo yêu cầu. Hãy gọi Trung Tâm Trợ Giúp Gia Đình theo số 206-987-2201.

Bản tin này đã được nhân viên phòng mạch tại Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle kiểm tra lại. Tuy nhiên, con quý vị có thể có những nhu cầu riêng. Trước khi quý vị làm theo hoặc dựa vào thông tin này, hãy thảo luận với nhân viên chăm sóc sức khỏe của con mình.

© 1996, 2003, 2006, 2009 Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle, Washington giữ tất cả bản quyền.

2/09  
Trans  
(rkn/hnn)  
PE005 V