

預防壓瘡

什麼是壓瘡

壓瘡是因為皮膚受到壓力(或是壓迫)，磨擦所導致皮膚受傷甚至深及皮下組織、肌肉與骨頭的情形就叫做壓瘡。

壓瘡可能造成的原因

- 1.沒有確實定時替病人翻身。
- 2.約束病人及擺位的方法不正確
- 3.沒有定時替病人換尿布。
- 4.病人本身怕痛或不願意配合。
- 5.病人有糖尿病或是血液科疾病(如貧血)營養不良、皮膚脆弱或敏感等。
- 6.病人長時間受到不適當的壓迫或是磨擦。
- 7.病人有滲便或長期腹瀉致肛門周圍較脆弱。

壓瘡的預防

一、減少局部受壓：保持床單、被

褥平整，以免皺摺變成壓力點。

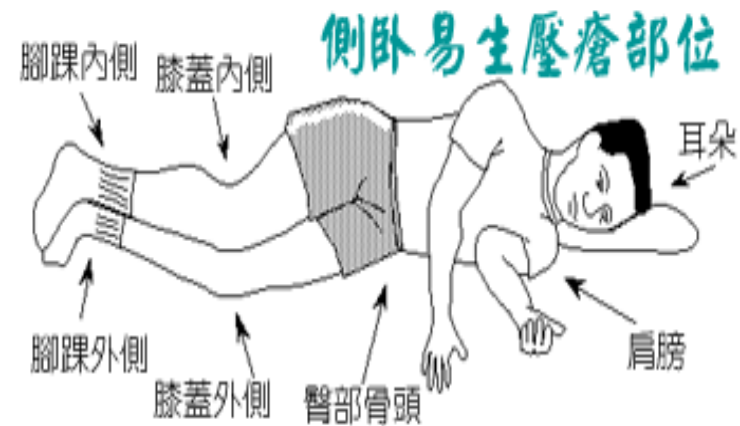
二、長期臥床時，需視個案皮膚情況給予適時翻身，最少每2小時需改變姿勢一次，並注意正確擺法：

- 1.平躺：在頭部及上肢使用枕頭。
- 2.側臥：一個大枕頭置於背部以保持姿勢，另外分別用枕頭支托上肢及彎曲的腿，以減輕壓力。
- 3.俯臥：將枕頭置於胸部，大腿及小腿下，並注意將腳趾懸空，不要碰到床板而造成壓力點。
- 4.採坐姿時：應每15-20分鐘撐起身體或改變姿勢10~20秒。
- 5.若是因為疼痛不能配合翻身，可與醫師討論，必要時給予止痛藥物使用。

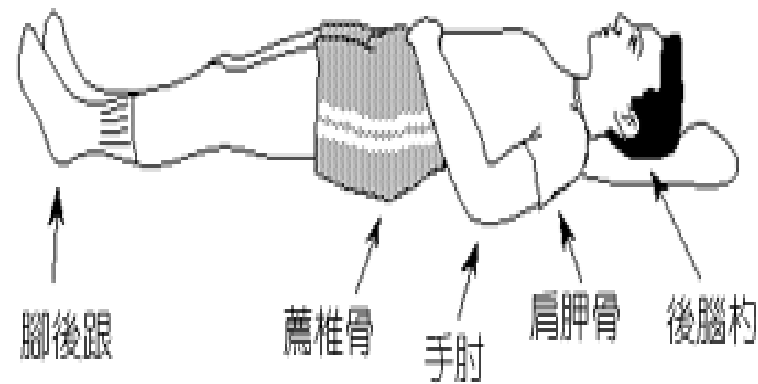
三、使用減低壓力的床墊和椅

墊，如氣墊床、水床、泡綿墊、

水墊或空氣墊，使壓力分布平均。但局部的壓力仍可能造成壓瘡，故不要因使用了墊子而忽略間歇減壓的重要性。



仰臥會發生壓瘡的部位





佛教慈濟醫療財團法人

台北慈濟醫院

預防壓瘡

敬祝您 身體健康·平安吉祥

佛教慈濟醫療財團法人

台北慈濟醫院

諮詢專線 02-66289779

轉 1951-1952