

 佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院
翻身擺位的舒適護理(心蓮病房適用)

一、目的

1. 促進病人的舒適。
2. 維持循環功能，預防血栓靜脈炎及肢體水腫。
3. 減輕身體局部壓力，預防壓瘡。
4. 避免關節損壞或攣縮。

二、維持舒適姿勢的基本原則

1. 適當的支托，預防循環受阻、壓瘡。
2. 每一~兩個小時翻身一次。
3. 維持隱私及保暖。
4. 適當的皮膚護理。

三、步驟及注意事項

1. 以左、右側臥及平躺姿勢交換；側臥時以枕頭墊於背臀部，使身體成側斜 30-45 度姿勢，有傷口的部位避免受壓。
2. 調整頭部位置，避免頸部屈曲或歪斜，可利用捲軸毛巾或浴巾做適當支托，使頭頸部成一直線。
3. 穿垂足板或以毛巾或浴巾捲軸維持足部適當支托以防垂足。
4. 雙小腿之間支托一個枕頭，避免雙腳相互壓迫。

四、家屬可以自備多數(6-8 個)枕頭，視病人身體情形提供多處保護。

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 3611

FNB00D020-F4