

一、何謂壓力性損傷？

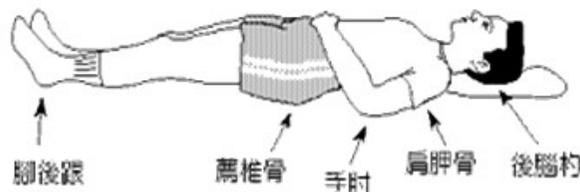
壓力性損傷俗稱為褥瘡，是皮膚或皮下軟組織局部損傷，損傷的發生來自於長期的壓力，通常位於骨突處。此損傷病灶可能是完整的皮膚或開放性傷口，也可能伴隨有疼痛感。

二、發生的原因？

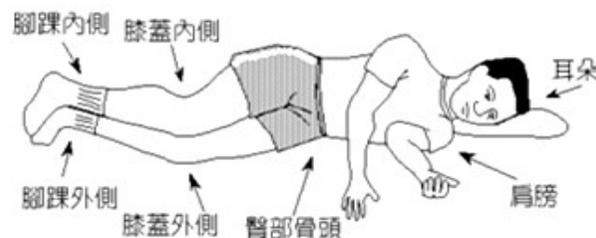
- (一) 沒有確實及定時替病人翻身。
- (二) 約束及擺位的方法不正確。
- (三) 沒有定時替病人換尿布。
- (四) 病人本身怕痛或不願意配合。
- (五) 病人有糖尿病或是營養不良、皮膚脆弱等。
- (六) 病人長時間受到不適當的壓迫或是磨擦。
- (七) 病人有滲便或長期腹瀉導致肛門周圍皮膚較脆弱。

三、哪些部位容易發生壓力性損傷？

- (一) 骨頭突出的部位(圖一、二)



圖一 仰臥易發生壓力性損傷部位



圖二 側臥易發生壓力性損傷部位

- (二) 各種管路在身上壓到的地方
 1. 氧氣鼻管：從鼻孔繞經耳朵處。
 2. 鼻胃管：病人放置鼻胃管側的鼻孔處。
 3. 留置導尿管：尿管固定處的皮膚。
- (三) 皮膚有皺摺的部位：如雙臀之間。
- (四) 石膏壓迫處。
- (五) 頸圈、背架或支架穿戴不恰當形成壓迫點。

四、如何預防壓力性損傷

(一) 減輕局部的壓力

1. 保持床單平整，以免皺摺變成壓力點。
2. 無法自行翻身病人應每兩小時改變姿勢，並注意各種姿勢之擺法，如平躺時在頭部及上肢使用枕頭；側臥時將枕頭置於背部以保持姿勢，另外分別用枕頭支持上肢及彎曲的腿以減輕壓力，也可用小水球置於小腿下方來減輕腳踝的壓力。
3. 採坐姿時，應每15至20分鐘撐起身體或改變姿勢10~20秒。
4. 使用減低壓力的床墊和椅墊，如氣墊床，可使壓力分布平均，但是局部的壓力仍可能造成褥瘡，不要因為使用輔具而忽略翻身的重要性。
5. 採半坐臥式的病人床尾搖高須低於30度，減少身體下滑造成尾骨處的剪力。

(二) 攝取足夠的營養

充足的熱量，均衡的飲食，尤其是蛋白質、維他命A及C、葉酸、礦物質鋅、鎂，對皮膚的抵抗力及癒合力均十分重要，胃口不好或營養不良時，應立即採取營養補充。

(三) 保持皮膚之健康狀態

預防壓力性損傷

1. 身體皺摺處需每天清洗以維持清潔，清潔後以毛巾吸乾水份保持乾爽，不要搓擦老化、脫屑的皮膚(避免皮膚破損)，皮膚清潔後塗抹乳液可避免乾裂。
2. 使用紙尿褲易造成透氣不良，使皮膚過度浸潤，應經常檢查及評估。
3. 病人皮膚要保持清潔和乾爽，遇有尿濕或弄髒時要勤加更換。
4. 有糖尿病或血液疾病的病人使用膠布時要特別小心。

五、皮膚檢查

針對壓力性損傷常發生之部位或容易產生摩擦的部分，至少每天早上起床和洗(擦)澡前，要檢查全身皮膚有沒有發紅、破皮的現象發生。

六、發生壓力性損傷怎麼辦？

如果已有發紅或褥瘡產生，除了去除造成的原因外，請立即告知醫護人員，醫療團隊會依照傷口狀況，給予換藥及必要的處理。



護理部印製
諮詢專線:03-3613141 轉
3581.3582 (5A 病房)
3583.3584 (5B 病房)
7585.7586 (5C 病房)

109.07 版 822262 B42300

聖保祿醫院