



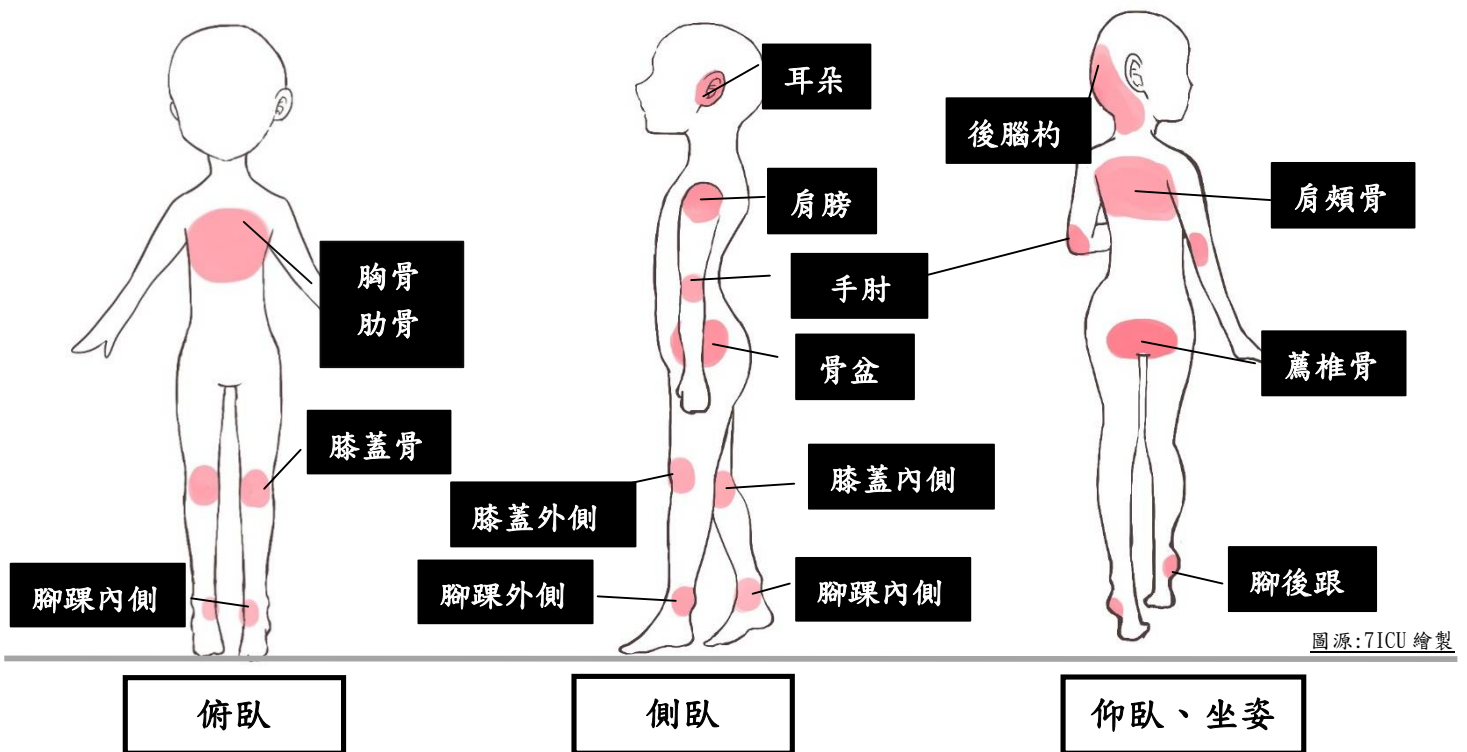
如何預防壓力性損傷(原稱壓瘡)

2013/10 製訂、2023/11 修訂

一、什麼是壓力性損傷？

壓力性損傷俗稱為壓瘡，壓力性損傷是皮膚受壓迫或摩擦後，阻礙局部血液供應形成缺血，使組織缺乏營養造成組織潰爛或壞死。

二、壓力性損傷好發部位？



三、面對壓力性損傷之傷口我們可以做什麼？

換藥

- ❖ 當傷口汙染時，用生理食鹽水消毒棉棒清洗，由傷口中央往外環形擦拭，勿來回擦拭，直到傷口乾淨，最後以無菌紗布或敷料覆蓋，紙膠固定完整。
- ❖ 若傷口需使用特殊換藥，應依醫師建議處方敷料使用，敷料如:親水性敷料、聚氨酯膜敷料、泡棉敷料等，並定期回診檢查。

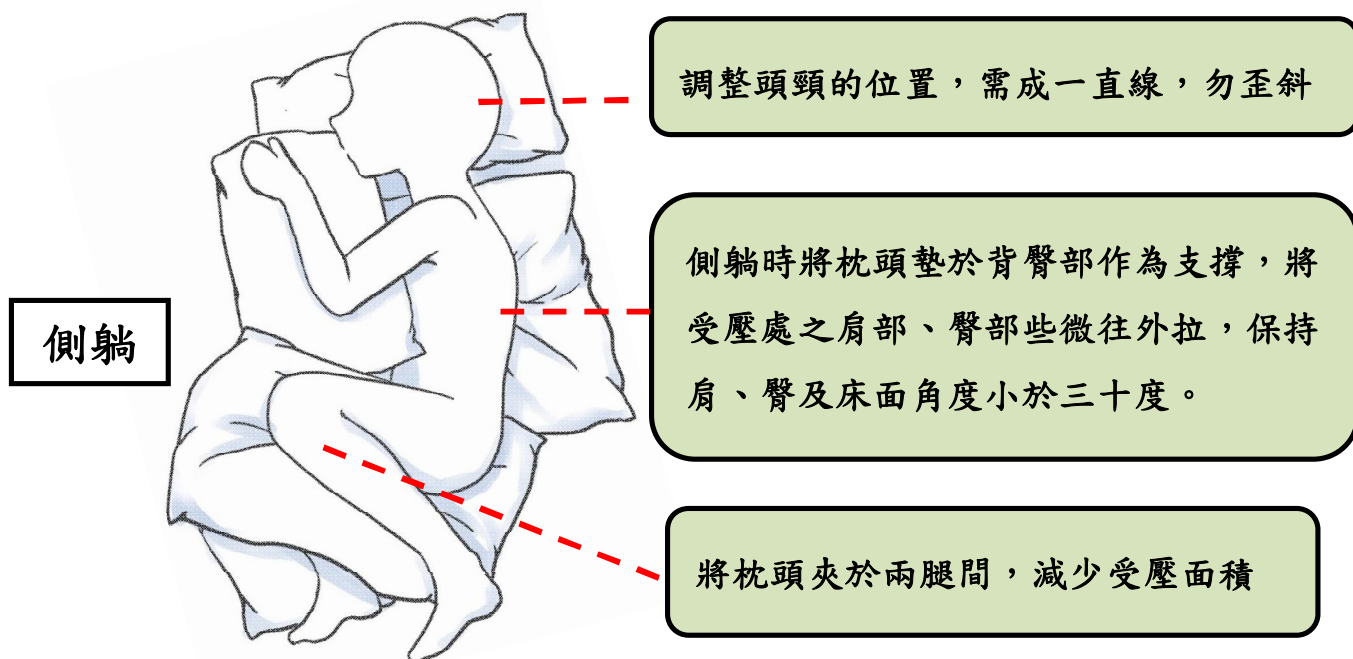
營養

- ❖ 採高熱量、高蛋白飲食多攝取如：魚、蛋、奶類及蔬菜水果類等食物。

照護

- ❖ 每天檢查全身皮膚、骨突處及醫療導管等裝置：包括局部有無發紅、發熱、腫脹。
- ❖ 用人工皮及泡棉保護骨突處，避免使用中空環形保護墊、各式橡膠墊圈或裝水的手套。
- ❖ 至少每2小時翻身及更換姿勢，避免皮膚長時間受壓迫。Ex：坐輪椅或坐姿者需每15分鐘移動或抬高臀部，每小時變換姿勢。
- ❖ 衣服、床單保持平整乾爽。
- ❖ 若大小便失禁潮濕應立即更換，並用清水或中性肥皂清潔皮膚，以按壓擦拭乾淨，勿使用磨擦方式。
- ❖ 使用潤膚乳增加皮膚彈性，預防皮膚過於乾燥與受損。

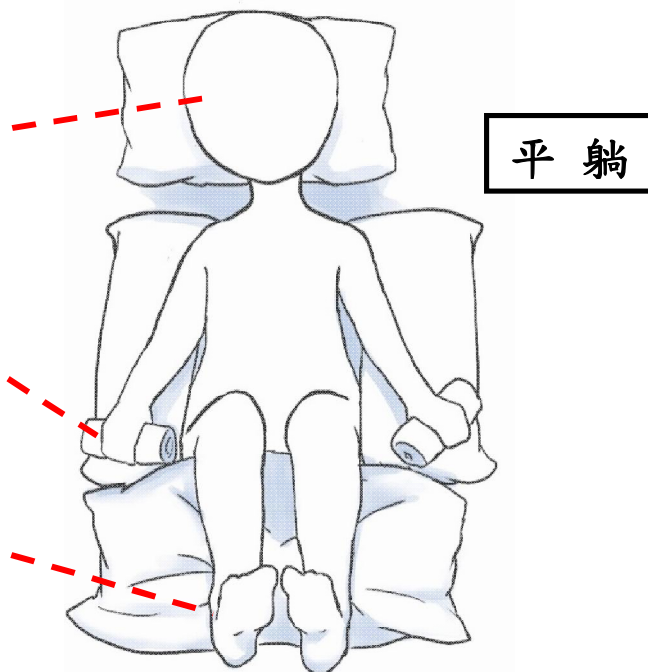
四、正確擺位



平躺時，床頭儘量低於 30 度並稍微搖高床尾，以減少身體因重力而下滑，造成臀部及尾骶骨皮膚的損傷。

手握捲軸預防攣縮

雙腿下放置枕頭使足跟懸空離開床鋪



圖源:7ICU 繪製

參考資料：周幸儀、謝秀祝、盧婉菁、陳瑞儀、鄭之勛、高秀娥（2020）·降低血液腫瘤病房壓力性損傷之發生密度·台灣醫學，24（3），324-334。

吳羽濤、宋宜倫、林瑱雯、李榮真（2015）·降低亞急性呼吸照護病房壓瘡發生率之專案·安泰醫護雜誌，21（2），16-30。

陳妮婉、張彩秀、張素惠（2013）·護理人員壓瘡預防行為之系統性文獻查證·澄清醫護管理雜誌，9（2），40-47。

羅淑芬、張麗蓉、曹文昱（2012）·重症病人壓瘡問題的預防與照護·護理雜誌，59（4），26-29。

製作單位：護理部 7樓加護病房

諮詢電話：07-3351121 轉 1771~1773