



台灣基督長老教會  
新樓醫療財團法人

麻豆新樓醫院

## 預防壓力性損傷

### 一、什麼是壓力性損傷:

皮膚因受壓，阻礙局部血液供應，形成缺血，使組織缺乏營養，造成組織損傷、潰瘍和壞死。

### 二、形成的可能原因:

長期臥床、營養不良、貧血、水腫、老年人皮膚組織缺乏彈性，抵抗力弱、皮膚，皮膚之間的摩擦，床單的不平整或被單的皺摺、潮濕及不清潔、流汗、大小便失禁。

### 三、預防的方法:

- 1 至少每 2 小時翻身一次，並應按摩、背部叩擊。
- 2 翻身時動作應輕柔，避免摩擦及拉扯，以拉提代替拖拉。
- 3 保持衣物及床單平整，避免壓迫及摩擦。
- 4 使用尿套或尿片者需定時鬆開及更換。
- 5 便盆在放置或拿出時，應避免用力摩擦皮膚。
- 6 視情況給予高熱量、高蛋白、高維生素飲食。
- 7 使用壓瘡預防輔助用具，如水球、水床、氣墊床等。

### 四、正確的臥位

- 1 側臥時：放一枕頭於患者背部，維持斜躺  $45^{\circ}\sim 60^{\circ}$ 。兩腳保持上面的腳彎曲，下方墊枕頭；下面的腳成伸直的姿勢。放一個枕頭支持患者的手及手臂。
- 2 平躺時：兩手臂下各放兩個枕頭支持。容易受壓的關節部位給予適當的支托。

若有任何問題可來電諮詢：麻豆新樓醫院 (06)5702228 轉居家護理所  
祝您健康平安！

93 年 06 月 15 日制定  
109 年 08 月 18 日修訂