

壓瘡防治

一、好發群

壓瘡又名褥瘡、壓力損傷（壓傷），常發生在長期肢體活動不良的慢性病人身上，如：體質虛弱、長期臥床、老年人、腿部骨折、營養不良的人都是高危險族群。

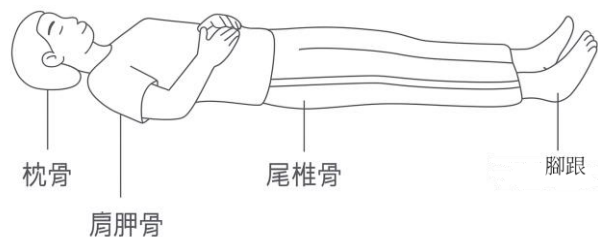
二、發生原因

- 1.皮膚長時間受壓、潮濕，導致血液循環變差及血管受損，而出現皮膚變薄、萎縮情形，使皮膚及皮下組織遭受破壞，進而損壞、潰爛或壞死。
- 2.替病人翻身、移動時，造成皮膚的拉扯或摩擦也是產生局部壓瘡的原因。

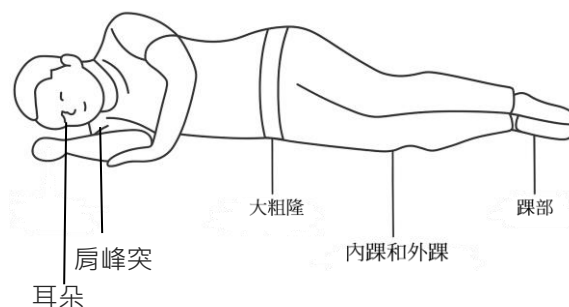
三、好發部位

壓瘡最常發生在骨突處及皮膚皺摺處，如下列位置：

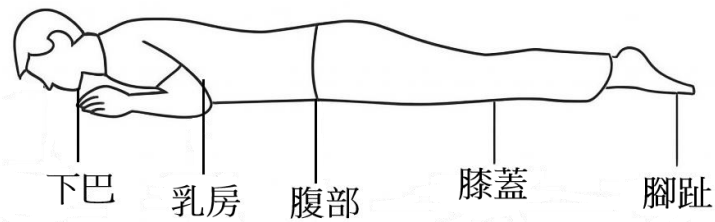
- 1.仰臥：枕骨、肩胛骨、關節、椎骨突、尾椎及腳跟（圖一）。
- 2.側臥：外耳廓、肱骨、髌骨脊（圖二）。
- 3.俯臥：前額、下巴、肋骨、乳房、陰囊、膝蓋、腳趾（圖三）。
- 4.坐姿：坐骨、膝蓋內側。



圖一 仰臥



圖二 側臥



圖二 俯臥

四、預防方法

- 1.每 1-2 小時翻身改變姿勢（如：左側臥、平躺、右側臥），並避免壓迫傷口處，每次翻身時給予背部按摩，同時觀察皮膚顏色及完整性。
- 2.保持床單及衣服乾淨、乾燥、平整、無皺摺。
- 3.保持皮膚清潔乾燥，避免潮濕。
- 4.大小便失禁者，處理排泄物時採用吸乾或輕拍的方式擦拭，並保持會陰及肛門口周圍清潔乾燥。
- 5.若皮膚過度乾燥，可擦拭乳液等保護油，以增加皮膚柔軟及彈性。
- 6.翻身調整病人位置時，避免使用拖拉方式移動，應採取抬高床單的方式進行（使用布中單協助移動）。
- 7.補充足夠水分及均衡營養。
- 8.瘦弱、營養不良的高危險群，可使用輔助設備來預防壓瘡，如：氣墊床、海綿墊、水枕（墊）置放於骨突處以減少受壓。
- 9.皮膚有發紅、水泡等情形表示已有 1-3 級壓瘡發生，此時應加強翻身頻率。若皮膚出現水泡或有傷口、滲液及臭味時，請立即就醫或打電話 02-26723456 轉 6261 諮詢。

參考資料：

- 1.洪寵淇、劉香蘭（2019）．壓力性損傷的營養篩檢與營養介入．台灣營養學會雜誌，43（2），57-64。 [https://doi.org/10.6691/NSJ.201906_43\(2\).0003](https://doi.org/10.6691/NSJ.201906_43(2).0003)
- 2.胡博恩、呂湘婷（2024）．概論壓力性損傷的預防及治療．家庭醫學與基層醫療，39（8），239-245。

諮詢電話02-26723456轉6661

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院