



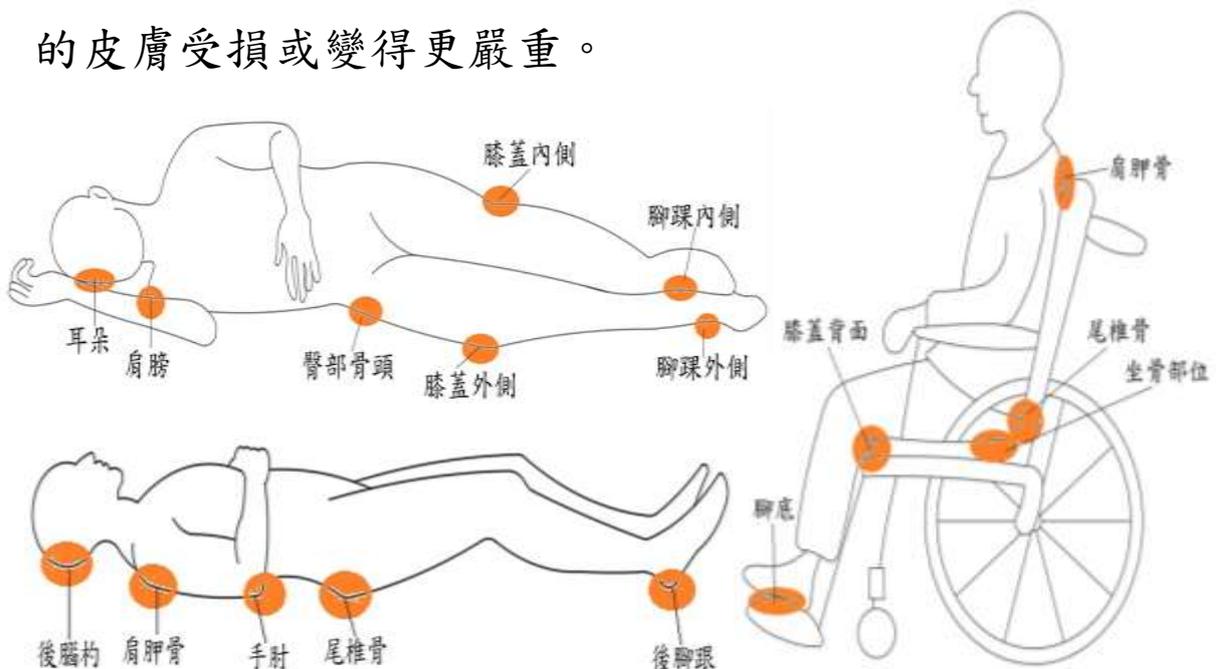
## 認識壓瘡

### 一、什麼是壓瘡呢？

壓瘡是因為皮膚受到長時間的壓力或磨擦所造成的損傷，甚至深到皮下組織、肌肉或骨頭，往往造成病人疼痛不適與炎症反應，甚至會合併其他疾病。

### 二、易造成壓瘡的部位及動作

通常易發生在骨頭突出的軟組織部位(如下圖)，一旦持續受壓、大小便失禁、受到床單拉扯或磨擦、不當的將病人從輪椅上拉起等，都將使這些受壓部位的皮膚受損或變得更嚴重。



全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經整形外科醫師或護理專家檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

### 三、發生壓瘡前的徵兆

- 1.任何部位的皮膚發紅(即使移除壓力後仍發紅)。
- 2.衣物、床單、椅子上有滲液(可能是沾染血漬)。
- 3.受壓皮膚部位變得疼痛或敏感(如後腦杓、耳朵、肩胛骨、臀部、足跟等任何骨頭凸出接觸床墊的部位)。
- 4.乾燥脫屑的、有水泡的、受損的皮膚表面。
- 5.因為壓力導致開放性皮膚表面或皮下組織破損。

### 四、面對壓瘡病人或家屬能注意什麼？

- 1.減壓：長期臥床時應每 2 小時翻身、坐輪椅時每 15 分鐘將病人身體上提 10 秒釋放壓力，維持衣物及床單平整，必要時可使用輔助裝置(如搬運滑移布)、減壓泡棉、特殊減壓床墊、脂肪墊或坐墊。
- 2.清潔：洗澡及大小便後保持皮膚乾爽，必要時可塗抹乳液或皮膚保護噴劑，保護皮膚表面及避免乾燥，每天檢查皮膚受壓部位是否有溫度、顏色、硬度改變及水腫等受損徵象。
- 3.營養：沒有限水病人可增加液體攝取、高熱量配方或多攝取高蛋白食物促進傷口癒合。

4. **換藥**：若有糞便或尿液汙染到傷口，先用清水沖洗，在消毒傷口後更換新敷料，可用親水性敷料或人工皮保護傷口，如泡棉膠、水凝膠、海藻膠等，幫助傷口維持適當濕度，以促進肉芽組織增生，必要時請按醫師處方塗抹適當藥物。

## 五、對照顧者小叮嚀

當身體任何部位的皮膚有發紅或起水泡的變化時，隨時告知醫護人員，因為這有可能是壓傷的早期變化，應及時處理。

## 六、結語

壓瘡一般多發生在慢性臥床及長期照護的患者，除了會造成病人疼痛不適、增加感染率，嚴重甚至會威脅生命，增加照顧困難度，延長住院天數及醫療成本，也會造成家屬心理及經濟負擔，因此預防壓瘡的發生是重要且必須徹底執行，經由每二小時翻身、確實檢查皮膚、保持皮膚清淨乾爽、適當營養補充，能有效的預防壓瘡形成，讓皮膚保有健康完整狀態。

## 七、參考資料

徐婉茵、李佳穎、謝坤諺、陳幼梅(2018)·降低加護

病房壓瘡發生率之改善方案・高雄護理雜誌，35  
(1)，29 - 41。

陳怡君、李婉菱、鄭之勛、徐珮蓉、黃筱芳、高秀娥  
(2018)・降低某加護病房病患壓傷發生率之改善  
方案・台灣醫學，60 (4)，65 - 75。

曹文昱、羅淑芬、哈鐵木爾、李茹萍(2013)・比較傷  
口敷料處置於壓瘡預防之成效・護理雜誌，22(1)，  
76 - 86。

戴佳惠、許美玉(2016)・敷料對使用非侵襲性正壓呼  
吸器病人顏面壓傷預防之成效・護理雜誌，63(5)，  
86 - 94。