



衛教編號:PS-005

2006.10.30 訂定
2020.12.31 (6 審)
2023.06.10 (4 修)

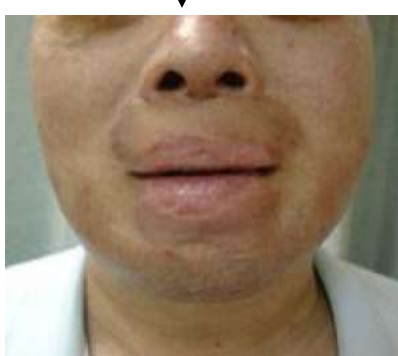
穿著壓力衣須知

一、為什麼要穿壓力衣？

在疤痕組織增生期施予持續的壓力（一般為每平方公分 24~40mmHg），經過數個月以後會改變疤痕組織的膠原排列結構，使疤痕變得柔軟、平滑，組織可較早穩定，同時使顏色變淡、溫度減低、局部水腫情形改善，因此二至三度灼傷傷口癒合後，為了預防疤痕增生及防止關節攣縮，應依醫師指示配合壓力衣的使用。圖一、圖二、圖三為穿著壓力衣前後疤痕對照（圖片取自於身心障礙者服務網站 <http://disable.yam.org.tw/life/453>）。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經整形外科護理專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印



圖一 12 個月後

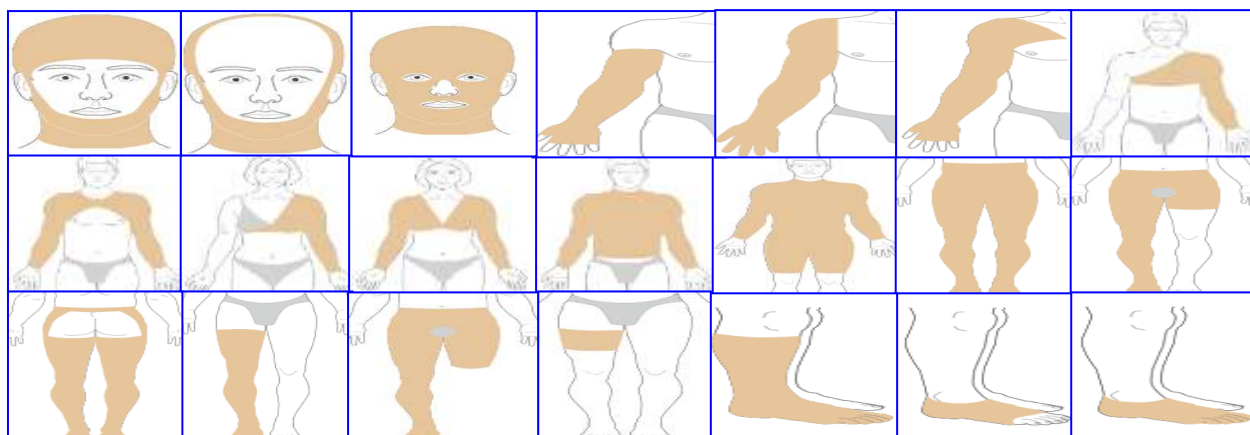
圖二 10 個月後

圖三 14 個月後

二、身體各部份壓力衣的選擇

壓力衣的訂製是依傷口部位的不同而有所選擇，

列舉如下：



圖四 壓力衣選擇

三、壓力衣穿著時機

當傷口大部份癒合後，經醫師判斷須穿壓力衣時，請壓力製作專門人員量製，經試穿、修改至完全合適。依指導正確穿著，若發現變形，彈性改變或太緊，必須即時修改，以維持適當治療壓力，持續穿著至疤痕成熟為止。

四、壓力衣要穿多久

壓力衣必須全天穿著，除了洗澡和皮膚護理時脫下外，每天約需穿戴壓力衣 23 小時，每次脫下壓力衣的時間以不超過 30 分鐘為原則，需穿戴壓力衣至少 12 個月，或經醫師檢查認可後才停止。

五、穿著時注意事項

- (一) 要合身、壓力平均，避免壓傷或磨擦皮膚，造成水泡、破皮（必要時先穿絲襪保護）。
- (二) 壓力衣過緊或太鬆均無法達到療效、過緊會感到不適，在肢體末梢如手指、腳有麻木、發紫或變黑現象；太鬆會有滑脫情形，應請廠商修改或重新量製。

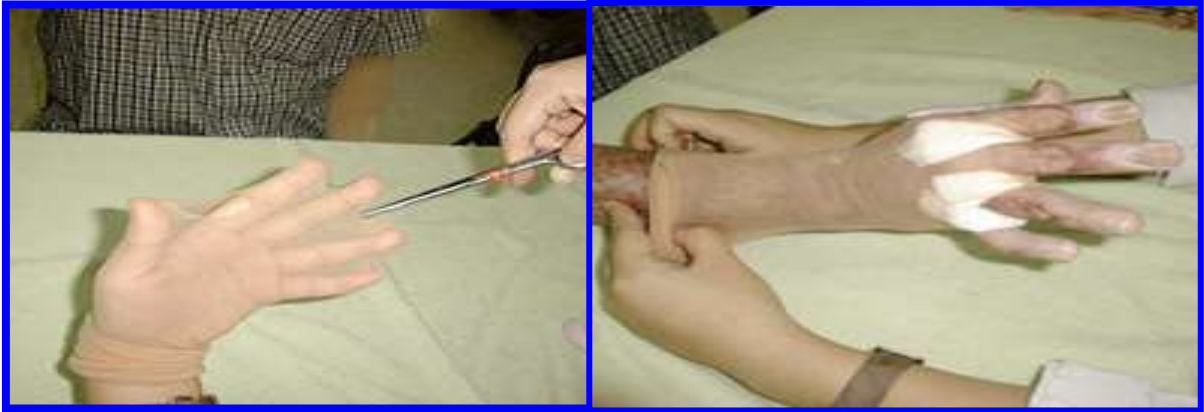
- (三) 穿著壓力衣期間，體重需控制；此外，成長中的兒童，需隨著生長、發育調整壓力衣尺寸。
- (四) 穿著的順序很重要，必須要由末梢先穿戴，下半身須先穿腳套再穿褲子，上半身則是先穿手套，再穿袖套，最後再穿上衣，由末梢施加壓力避免水腫產生；臥床休息時儘量墊高四肢減少末梢水腫情形。

手套袖套穿著示範(圖五至圖十一)

(圖五至圖十一，圖片取自於身心障礙者服務網站 [http:// disable.yam.org. tw/life/453](http://disable.yam.org.tw/life/453))



圖五 若有加強壓力的填塞物或壓力墊要先放好。



圖六 絲襪剪洞後穿上，可利用絲襪固定填塞物或壓力墊。



圖七 先將手套穿上，手指對好拉進，要將手套穿進指縫，不可留空隙。



圖八 拉鍊下的墊布要擺平，拉鍊要拉靠近才往上拉合，這樣拉鍊才不易損壞。



圖九 細嫩的皮膚可以蓋一層不織布紗布保護，再套上薄塑膠袋。



圖十 將袖套穿上，要把手整個露出來後再往上拉，拉到位置後就可將薄塑膠袋拉出。



圖十一 穿好後不要有皺褶，要將皺褶順平。

- (五)穿壓力衣之前若有塗抹乳液，須待乳液吸收皮膚表面已經乾了，才可以穿；如果有零星傷口，必須將傷口護理蓋上紗布後才可以穿。
- (六)壓力衣接縫處如手指、趾縫間等部位，可加些柔軟、吸汗的棉織品，以避免摩擦破皮或手指、腳趾攣縮在一起。
- (七)穿戴面罩式壓力衣時，應注意鼻部、耳部等軟骨組織，不要壓迫太緊，避免變形。
- (八)穿著壓力衣之病人，應避免劇烈運動，手腕、手肘、腋窩、膝部及足踝處易因活動或運動而造成局部皮膚摩擦破皮，在活動時應脫除壓力衣，在淋浴或照護傷口、疤痕時，也應脫除壓力衣，好好活動一下關節。
- (九)天熱時，小孩多無法忍受，應多處在冷氣室內或通風良好之處，以改善不適感。
- (十)穿著壓力衣期間仍需皮膚清潔及滋潤(嬰兒油或綿羊油)、復健。
- (十一)穿著壓力衣不舒服時，家屬請不斷地給予鼓勵和支持，用愛心、耐心來幫助病人適應。

六、與燒傷可能並存的困擾

可能會有疼痛、癢、腫、水泡、破皮、傷口發炎、腫脹、潮濕、悶熱、活動限制等現象。對傷口水泡、破皮時，可予局部處理、消毒、包紮，使傷口癒合，如仍無法解決時，應儘快請教醫護人員或回診，予以適當處理後，再行穿著。

七、壓力衣使用不當的可能影響

- (一) 血液循環不良以致手腳腫脹、變成瘀紫色、麻痺及疼痛。
- (二) 骨骼畸形發展，如鼻、手變得扁平，胸骨突出、身體手腳發育不良、掌骨屈起等。
- (三) 皮膚問題如起水泡、擦傷、紅斑、癢等。
- (四) 男性不能生育。

八、壓力衣的保養與維護

- (一) 每位病人最少需要訂製兩套壓力衣，以便每天換洗及避免因長時間穿著同一套壓力衣，導致彈性疲乏、壓力不足、喪失療效。
- (二) 清洗：只可用手洗及溫水沖浸 10~15 分鐘後，不可刷洗或用洗衣機洗，以中性清潔劑

(如：中性肥皂、沙拉脫)洗滌，避免使用熱水、漂白劑及冷洗精。

(三) 晾乾：用毛巾包捲把水份吸乾，放在通風處自然陰乾，不可用脫水機、吹風機或日曬，以免變形，失去彈性。

(四) 避免沾染油污，若碰到應儘快清洗乾淨。

(五) 壓力衣外可穿著一般衣服。

(六) 不可過度用力拉或勾破。

(七) 請勿擅自修改，每 3 個月需重新評估壓力衣彈性及壓力。

九、參考資料：

石育仲(2020)·疤痕治療的實證基礎·*臨床醫學月刊*，86(5)，664-671。

林祐丞(2021)·疤痕的治療與管理·*奇美醫訊*，132，34-35。

Gauglitz, G. G.(2021). Hypertrophic scarring and keloids following burn injuries. *UpToDate*. Retrieved Aug 23, 2021, from <https://www.uptodate.com/contents/Hypertrophic-scarring-and-keloids-following-burn-injuries>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 壓力衣若發現變形、彈性改變或太緊，必須即時修改。

是 否 不知道

2. 壓力衣使用不當會造成皮膚有水泡、擦傷、紅斑及癢。

是 否 不知道

3. 壓力衣可刷洗或用洗衣機洗。

是 否 不知道

4. 壓力衣必須全天穿著，除了洗澡和皮膚護理時脫下

外，每天需穿戴壓力衣 23 小時，每次脫下壓力衣的時間以不超過 30 分鐘為原則。

是 否 不知道

5. 穿戴面罩式壓力衣時，應注意鼻部、耳部等軟骨組

織，不要壓迫太緊，避免變形。

是 否 不知道