

預防壓傷 - 維持正確翻身擺位

翻身前-
床頭床尾擺平



先將床頭床尾擺平

檢視皮膚



尤其薦骨及骨突處皮膚
是否有發紅、破損

懸空抬高



兩人利用翻身單將
病人抬起向上移動

翻身



利用翻身單並置入
適當大小翻身枕

確認翻身角度適當



翻身枕腰背處支托(薦
骨懸空)腰背與床角度
維持約30度

床頭搖高不超過30度



床頭搖高不超過30度，
床尾搖高，雙側床欄拉
起

足跟懸空



雙腳足跟懸空勿
接觸床面

身體保持一直線



雙腿勿重疊，雙腿間
夾棉被，身體維持一
直線，可支托上肢

管路不可受壓



確認身上管路，勿受
壓於身體之下

抬起臀部活動



久坐輪椅-須至少每15
分鐘抬起臀部活動10-
20秒/次

抬起臀部活動



上下肢無力者-應定時協
助；須至少每15分鐘抬
起臀部活動10-20秒/次

- 長期臥床者-使用減壓床墊(如：氣墊床)及減壓敷料，保護骨突處。
- 長期需久坐輪椅者-選擇可調節可傾斜式輪椅，座椅正確傾斜避免患者向前滑動，並選擇減壓輪椅座墊。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

■ 壓瘡的預防

- 一旦發生壓瘡需很長時間才能癒合，最好策略是預防發生，每天檢視皮膚狀況，保持清潔乾爽，減少長時間暴露於潮濕或大小便，尤其薦部皮膚過乾、骨突出最容易發生壓瘡，若發現第一級壓瘡時應即早處置避免惡化。
- 對高危險群提供特定預防措施，包括：皮膚照顧、定時翻身、使用減壓設備、營養評估及補充。

■ 複習一下

問題1：()久坐輪椅須至少每15分鐘抬起臀部活動
10-20秒/次

問題2：()每天檢視皮膚狀況可早期發現壓瘡情形

問題3：()骨突出處不容易發生壓瘡

正確答案

問題1：O 問題2：O 問題3：X

參考資料：

許美玉、于博苒、蕭晴文、趙慧玲(2017)· 壓瘡名詞與分級系統變革· 榮總護理，34，110-117
<https://npiap.com/page/2019Guideline>

曾堯仁、顏兆熊(2021)· 壓瘡治療與預防· 當代醫學，37(9)，667-673。

諮詢電話：(02)2737-2181 分機8021

制訂單位/日期：10B病房/111.07.04

PFS-8100-103



本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮