



# 郭綜合醫院

## 壓力性損傷的預防

### 一、何謂壓力性損傷

俗稱褥瘡，是身體皮膚因磨擦或受壓迫導致組織血液灌流不足而產生的組織損傷、破損及壞死，包括皮下組織、肌肉、筋膜及骨骼等。

壓力性損傷分級如下：

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <p><b>第1級：</b><br/>皮膚完整，指壓後有無法反白的紅斑。</p>  |  | <p><b>第4級：</b>全皮層和組織缺損—傷口處曝露或直接接觸及筋膜、肌肉、肌腱、韌帶、軟骨或骨頭，並可見到腐肉或痂皮。經常出現捲狀的傷口邊緣、潛行腔洞或隧道型傷口。</p>    |  |
| <p><b>第2級：</b><br/>部分皮層缺損併真皮層曝露—傷口呈現粉紅色或紅色組織濕潤，可能有完整而充滿漿液或破掉的水泡，不會看到皮下脂肪或深部組織，也不會有肉芽組織、腐肉與痂皮。</p> |  | <p><b>無法分級壓力性損傷：</b><br/>全皮層及組織缺損被腐肉或痂皮掩盖。</p>   |  |
| <p><b>第3級：</b><br/>全層皮層缺傷—全層皮膚受損，可見皮下脂肪、肉芽組織和捲狀的傷口邊緣，也許會有腐肉或痂皮。</p>                               |  | <p><b>深部組織壓力性損傷：</b><br/>完整或缺損的局部皮膚，出現持續地指壓卻無法反白之深紅色、褐色或紫色的皮膚變色，亦或是表皮分離，呈現出暗黑色的傷口床或充血水泡。</p> |  |

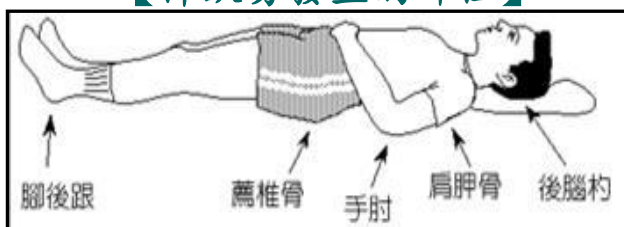
### 二、好發原因

- (一)長期臥床不動，皮膚受壓過久，無定時翻身及鬆開約束。
- (二)潮濕：大小便失禁，無定時更換尿布。
- (三)錯誤擺位、床單及衣物皺摺不平整，加上長時間壓迫、磨擦。
- (四)營養不良、末梢血循差、糖尿病、貧血、皮膚脆弱、敏感等。

### 三、好發部位

(一)骨頭突出部位(如圖示)

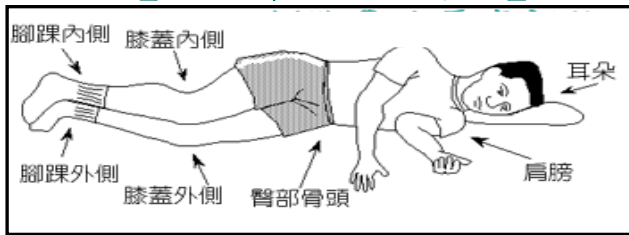
【仰臥易發生的部位】



【坐姿易發生的部位】



## 【側臥易發生的部位】



- (二)各種管路壓迫處：鼻導管在鼻孔及耳掛處；鼻胃管在鼻孔處；存留尿管在尿管固定處。
- (三)皮膚皺摺部位：雙臀之間。
- (四)石膏包圍或彈繃包紮受壓處。
- (五)頸圈、背架或支架穿戴不恰當形成壓迫處。

### 四、預防方式

(一)去除或減少皮膚的壓力：

- 1.每1-2小時更換姿勢（翻身），避免長時間壓迫。
- 2.若因疼痛不能翻身，可與醫師討論止痛藥物使用。
- 3.以枕頭解除身體部份受壓：平躺時小腿下放置枕頭，使腳跟離開床墊，側躺時在兩腿間夾枕頭預防兩膝或兩踝互相碰觸，足踝及膝外側放薄枕，以免皮膚磨擦床墊。



平躺



側臥

- 4.保持床單平整。
  - 5.使用特殊床墊：例如氣墊床、脂肪墊（仍需每1-2小時更換姿勢）。
  - 6.病情許可時早日下床活動，若坐著請每15分鐘抬高屁股一次。
  - 7.病人坐臥時，將床尾搖高或枕頭支托於小腿下方。
- (二)攝取足夠營養：採充足熱量、均衡飲食。
- (三)保持皮膚完整性：
- 1.每天檢查全身皮膚狀況，保持皮膚乾爽潔淨。
  - 2.使用中性肥皂清潔皮膚，並以毛巾擦乾水份後適量塗抹乳液避免乾裂。
  - 3.按摩皮膚促進血液循環（請避開受壓發紅皮膚部位）。
  - 4.黏貼及撕起膠布時，動作輕柔避免皮膚受損。