	文件類別	衛教單張	文件編號 3-063-086		
			版次	1	頁次
文件名稱	居家日常生活照護指導 (英文版)	制定日期	2017/06/15		
		修訂日期			

居家日常生活照護指導-皮膚照護
Home Care Guide – Preventing Bed Sores

一、原因：

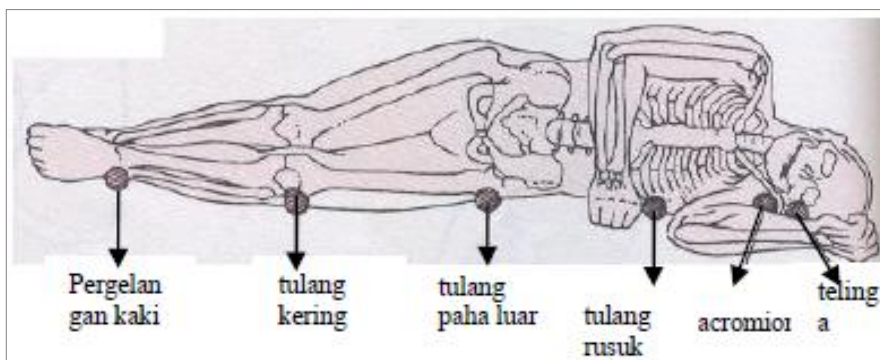
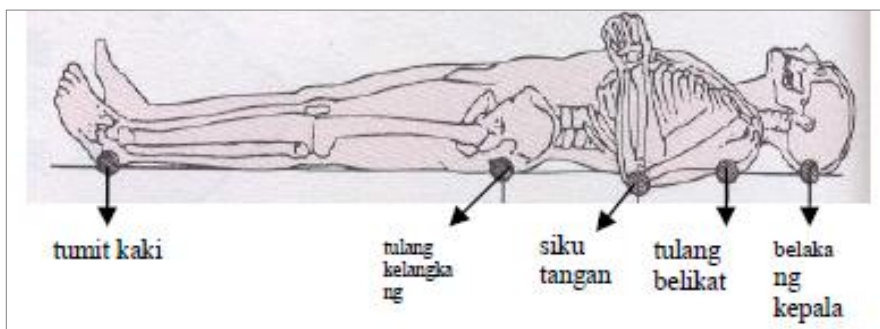
人體局部組織受持久的物理性壓力，包括：壓力、剪力、摩擦力而導致有礙血液循環，造成局部缺血的現象，使該處組織產生壞死。


I Cause: Reason

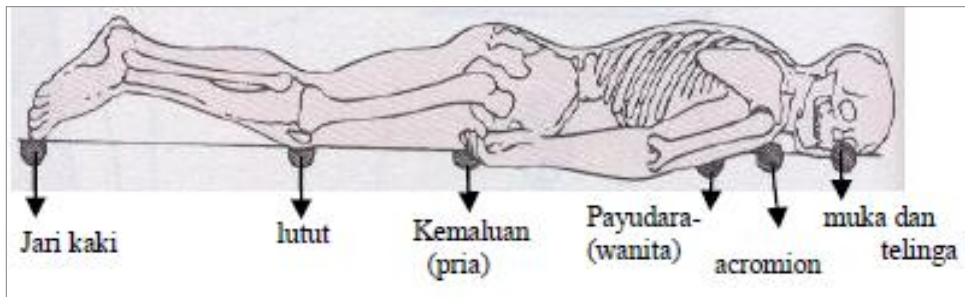
Persistent physical stress such as pressure, shearing and friction can impair blood circulation to the skin and risk tissue necrosis.

1、常見部位：

II Common Pressure Points:



	文件類別	衛教單張	文件編號		
			版次	1	頁次
	文件名稱	居家日常生活照護指導 (英文版)	制定日期		
			2017/06/15		
			修訂日期		




三、原則及注意事項：

- 1.每兩小時翻身一次，翻身時應注意衣服、被單、看護墊等之平整；對皮膚骨突受壓面，予輕拍或按摩促進血循。
- 2.注意營養攝取，避免消瘦症或肥胖症。
- 3.每日使用中性和沐浴潔膚用品，以溫水擦拭或清洗個案的身體，可保持皮膚的乾淨，增強皮膚的抵抗力，並促進舒適。
- 4.在皮膚乾燥處塗抹適當的保濕用品，如潤膚乳液、凡士林。
- 5.需隨時留意衣服、被單或尿布墊之乾爽，以免皮膚浸泡於潮濕中，造成受損（衣服被單應選擇易吸汗之材質）。
- 6.若不得已需約束，應對約束帶觸及皮膚處有軟墊防護，並每隔一段時間鬆開約束帶。
- 7.需使用膠布，應選擇透氣者，且每日更換黏貼部位。
- 8.如果有使用氣墊床，除避免尖銳物品置於床上外，應每日檢視氣墊床，若有漏氣的情形，可先自行檢查每個連接處有無鬆脫，若均無異樣，可連絡廠商到家裡進行維修處理。
- 9.可將橡膠手套，裝入 6~7 分滿的自來水，用橡皮筋將橡膠手套的開口綁緊製成水球後，墊於個案的耳下、腳踝或腳跟下，以減少其壓迫的力量。

III Principles and Considerations:

1. Change positions every 2 hours. Check if clothes, blankets, and pads are flat. Massage the bony protrusions to improve local blood circulation.
2. Keep adequate nutrition intake to avoid wasting or obesity.
3. Use natural cleaning products and rub body with warm water to keep clean and improve resistance and comfort.
4. Apply moisturizing products to dry skin areas, such as body lotion or Vaseline.
5. Make sure clothes, blankets and diapers stay dry to avoid damp skin.

	文件類別	衛教單張	文件編號	3-063-086		
			版次	1	頁次	Page 3 of 3
	文件名稱	居家日常生活照護指導 (英文版)	制定日期	2017/06/15		
			修訂日期			

6. If patient needs to be restrained, there should be padded protection between the skin and constraint belts, which should be relaxed occasionally.
7. Tapes to the skin should be gas permeable and adhesion site should be changed every day.
8. If an air bed is used, sharp objects should be avoided. Check for leaks every day. If any leakage is found, contact the service company for repair.
9. A “water ball” can be created by filling a rubber glove 60% to 70% with water and tying the open end. It can now be placed under the ear or heel to relieve pressure.

以上資料來源自台灣長期照護專業協會，
若您對以上內容有任何疑問時，請洽詢護理人員。