

認識褥瘡

◎長庚診所美容醫學科主治醫師 楊士毅



現職 林口長庚一般整形外科主治醫師
專長 林口長庚燒傷中心主治醫師
 燒燙傷治療與重建、疤痕照護與治療、慢性傷口治療、皮膚癌手術

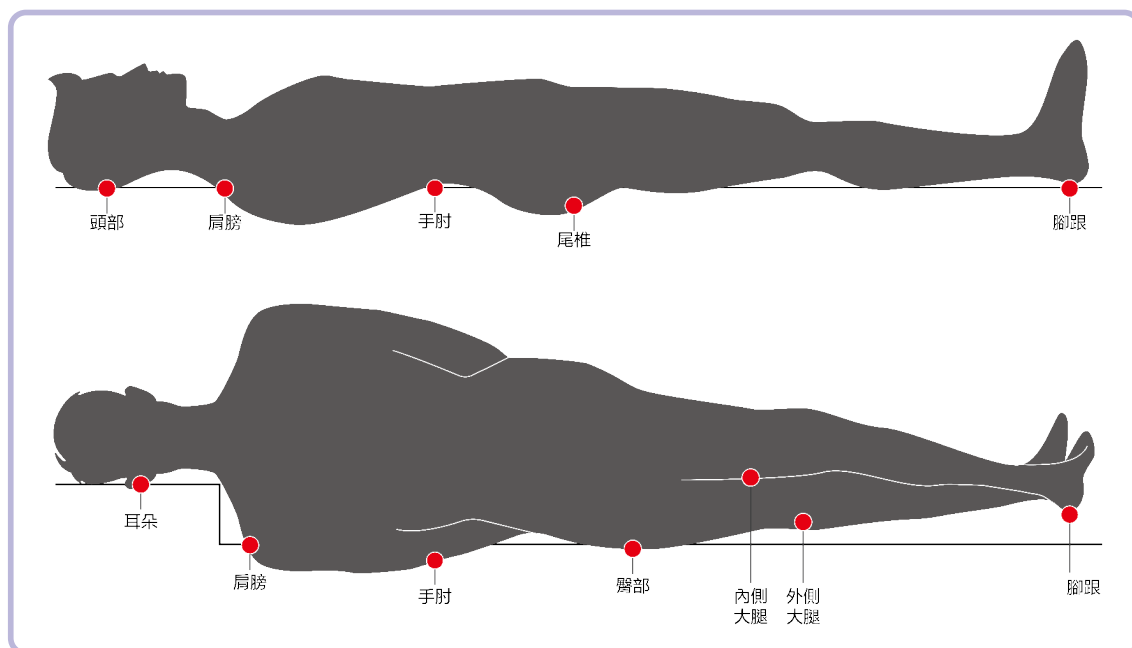
● 褥瘡是什麼？

褥瘡 (bedsore) 昔稱臥瘡，是由於身體長期且反覆受到外部持續性壓迫，使動脈血流供應受阻，導致皮膚變紅、破皮、皮下組織受損，嚴重還可能造成皮膚潰瘍或骨頭細胞壞死，引發全身性敗血症而面臨生命危險。英文詞 bed 一字讓人聯想僅長期臥床者有此損傷。事實上，因受

壓所產生的潰瘍傷口並非僅侷限在長期躺臥所導致，長時間的坐在輪椅上，尾骶骨或坐骨處的皮膚也會受到壓迫，而造成皮膚破損、潰瘍。因此國際上早已將「褥瘡」一詞，改稱為「壓瘡」(pressure ulcer)。最新修正用詞則為壓力性損傷 (pressure injury)，更清楚說明除了長時間的躺臥或坐姿以外，使用醫療裝置 (如氣管內管、氧氣面罩、灌食管路、副木固定等) 造成的壓迫也可能導致壓力性損傷。

壓力損傷發生原因有許多，包含：

- 1. 壓力：**如果壓力太大，造成褥瘡的時間就不須很長；相反地即使壓力不大，只要壓迫夠久一樣會產生褥瘡。
- 2. 剪力：**剪力是指作用方向相反的平行力，例如當一個人斜坐



● 褥瘡好發位置：好發於骨頭硬的地方，或是因為摩擦跟久壓之處

在椅子上，背部就承受相當大的剪力，繃得很緊，血液循環不好，容易產生褥瘡。

3. **摩擦**：照顧者如不懂移位照顧要領，病人的皮膚就容易因摩擦產生損傷，進而導致褥瘡。
4. **潮濕**：大小便失禁的病人會陰部容易破皮糜爛。
5. **營養**：營養不好的話病人會逐漸消瘦，骨突更明顯，這些地方容易產生褥瘡。
6. **水腫**：循環不好使得肢體對壓力的忍受度降低，容易造成褥瘡。

● 褥瘡防治為何如此重要？

根據國外統計，處理每個因壓力性損傷所導致的傷口，平均治療費用為 10,700 美元，但預防第一級或第二級的損傷平均費用才 54 美元，第三級或第四級平均費用為 5,622 美元。除了金錢花費，傷口需多增加照護人力與時間，更換藥物敷料與移動病人更大大增加照護的困難度（尤其壓瘡常常在重力壓迫位置，搬動困難）。

褥瘡還會引起以下併發症，包含 (1) 蜂窩性組織炎，也就是皮膚與結締組織受到感染，呈現紅、腫、熱、痛的狀況，若神經也有受損，病人可能完全感受不

到感染區域的疼痛，導致病情加重；(2) 骨頭與關節的感染：當皮膚進一步受到破壞，感染很可能就會隨著血流進入骨髓造成骨髓炎，增加治療的難度與所需的時間；(3) 敗血症：感染進一步擴大時，就會隨著血流擴散全身。

● 如何讓褥瘡「零發生」？

固定時間翻身，每隔 1~2 小時應為患者改變重心一次。躺臥姿勢應不能只有平躺、側臥或俯臥三種，如只限於三種姿勢不但翻身困難，更容易在尾椎及左右髖部等骨突處形成壓瘡。建議可由平躺開始，漸進式填塞棉被或枕頭，固定時間將重心往身體一側移動，再緩慢向身體另一

側移動，如此循環以預防褥瘡發生。市面上有些特殊造型的翻身墊，可增加翻身與減壓的效率；若經濟狀況許可，亦可考慮減壓床墊或定時改變壓力位置的氣墊床。在為病人翻身時，應於易受壓及摩擦部位墊上小枕頭，以防止褥瘡形成。側身時雙腿中也可加墊枕頭，尤其是膝關節與踝關節等骨頭突出處。須注意長期同一姿勢坐輪椅也可能造成壓瘡，即使是坐輪椅也須定時變換重心或角度，配合軟性坐墊與枕頭填塞易受壓力位置。另建議目視檢查皮膚，觀察是否有壓傷徵兆如皮膚發紅、起疹子水泡、灼熱水腫、膿皰、擦傷破皮、毛髮脫落等等。保持病人皮膚之乾燥與清

爽，有出汗或排尿盡快清乾淨，避免過多藥膏或分泌物導致皮膚浸潤（易造成濕疹）。有腹瀉也要盡快清理乾淨。注意補充營養（足夠熱量、蛋白質、維生素、鐵、鋅）與攝取充足水分。☺

