

# 高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科 別	護理部	編號：7710024
主 題	壓力性損傷預防及居家照護	2000.07.11 訂定
製作單位	護理部壓力性損傷小組	2025.01.10 八修

## 一、什麼是壓力性損傷？

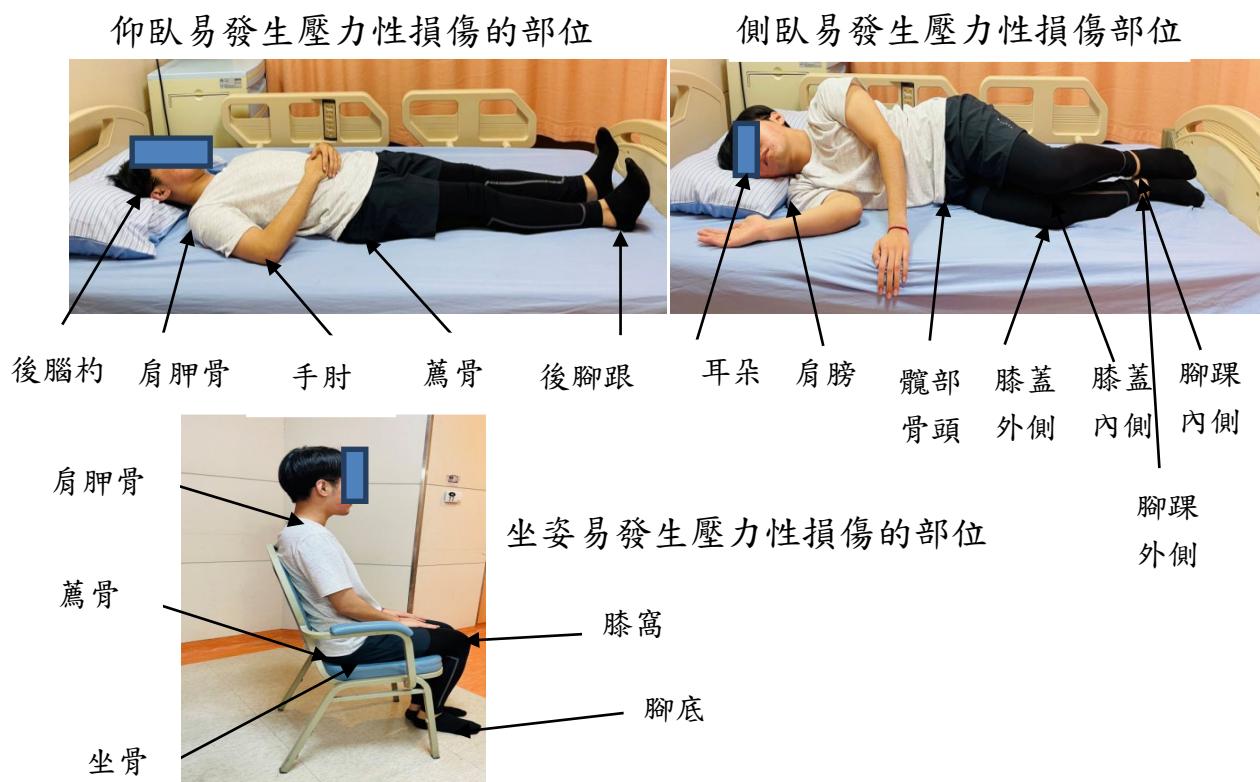
壓力性損傷是指皮膚或皮下軟組織局部損傷，損傷發生來自於強烈或長期壓力，所造成皮膚及深部組織受損。

## 二、什麼人容易產生壓力性損傷？

腦中風、脊椎損傷、四肢癱瘓、長期臥床、意識不清、皮膚脆弱、高齡、過度消瘦、肥胖、糖尿病、大小便失禁、體力衰弱、營養不良、心血管疾病等(肢體感覺或活動障礙)病人。

## 三、那些是壓力性損傷好發部位？

壓力性損傷好發於骨頭突出處（如圖一）或與醫療設備有關，也可能發生在身體任何受壓迫的部位，例如鼻胃管壓迫鼻孔、氧氣面罩壓迫鼻樑、氧氣面罩鬆緊帶壓迫耳朵、頸圈壓迫脖子等處。



圖一：壓力性損傷好發部位

## 四、壓力性損傷分級

- 一級壓力性損傷：**皮膚完整但局部發紅，施以指壓不會變白，膚色較深者可能呈現出不同顏色（如圖二）。
- 二級壓力性損傷：**部分皮膚缺損並有真皮層露出，並可能出現完整或破掉的漿液水泡，傷口床呈現粉紅色或紅色、濕潤（如圖三）。

- (三) 三級壓力性損傷：全層皮膚缺損並可看到脂肪組織、肉芽組織、捲邊及傷口邊緣回捲，也可能看到腐肉或痂皮，其傷口深度在不同部位會不一樣，如較肥胖部位傷口會較深(如圖四)。
- (四) 四級壓力性損傷：全層皮膚缺損且傷口直接露出筋膜、肌肉、肌腱、韌帶、軟骨或骨頭，或許可以看到腐肉或痂皮，傷口深度在不同部位會不一樣(如圖五)。
- (五) 無法分級(Unstageable)：全層皮膚及組織缺損被覆蓋，因腐肉或焦痂覆蓋導致傷口無法確認分級 (如圖六)。
- (六) 深層組織損傷(Deep Tissue PressureInjury; DTPI)：完整或不完整的皮膚，持久並給予指壓時不會消失的深紅色、栗色或紫色斑塊或充血的水泡(如圖七)。
- (七) 黏膜層無法被分級損傷(醫療器材引起)：曾使用醫療器材造成黏膜無法被分級損傷 (如圖八)。
- (八) 醫療裝置相關壓力性損傷:通常傷口呈現醫療器材所受壓的型態或形狀皮膚損傷分級比照一級、二級、三級、四級、無法分級及深層組織損傷 (如圖九)



圖二：一級傷口



圖三：二級傷口



圖四：三級傷口



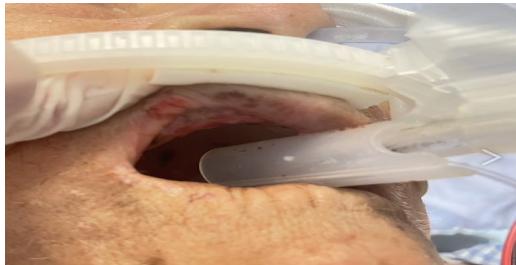
圖五：四級傷口



圖六：無法分級傷口



圖七：深層組織損傷



圖八：黏膜層無法被分級  
損傷(醫療器材引起)



圖九：醫療裝置引起損傷

## 五、如何預防壓力性損傷？

### (一)皮膚照顧

1. 每日應移除病人衣服、襪子、設備或護具等，檢視皮膚、骨突處及醫療裝置下方的周圍皮膚，有無發紅、熱、壓痕或腫脹。以手指觸診發紅或變色部位，以確認紅斑是否會變白，變白是正常的，若未變白，則此部位屬高危險性皮膚完整性破損，需加強減壓措施。
2. 每日身體清潔時，以中性肥皂或清水清潔皮膚後用毛巾吸乾水份，再塗抹滋潤性乳液、凡士林或嬰兒油避免皮膚乾裂。
3. 可協助病人做關節活動，肢體按摩，但不要在皮膚發紅處按摩。
4. 大、小便後以溫水輕輕沖洗，輕拍擦乾，塗凡士林於肛門口周圍。
5. 使用氧氣鼻導管、氧氣面罩、呼吸器等醫療輔助治療時，臉部、耳部等易受壓處，可使用泡棉保護墊、人工皮、紗布等預防受壓。
6. 平躺時手肘、尾骶骨及腳跟等骨突處給予保護，如：軟枕、捲軸、棉捲、泡棉敷料、保護墊、減壓床墊，避免使用中空環形，如氣墊圈、甜甜圈，因會使局部組織血液循環受阻，導致靜脈充血與水腫。

### (二)減除壓力

1. 保持床、被單平整無皺摺，勿選擇扣子或拉鍊衣服，避免造成壓迫。
2. 長時間坐輪椅時，每15分鐘抬高臀部一次，每次抬高10秒到1分鐘。
3. 受壓部位如尾骶骨、腳跟等處，可抬高保持懸空不受壓。
4. 床頭搖高的角度需低於30度，搖高床頭時應同時將床尾搖高，避免身體下滑對尾骶及臀部皮膚造成傷害。
5. 每2小時更換姿勢，避免某部位長時間壓迫；翻身可採左側躺、右側躺及平躺；勿以拉扯病人方式翻身（如圖十至圖十九）。



圖十：搖平床頭



圖十一：翻左側移向右側



圖十二：手部放於胸前或腹部，右腳曲放於左腳上



圖十三：圍上床欄，站到對側，固定肩膀、髋部，注意管路，翻左側



十四：協助拍背及檢查受壓部位皮膚，整理床單維持平整



圖十五：枕頭支托背部，將身體輕輕擺回採側臥姿勢



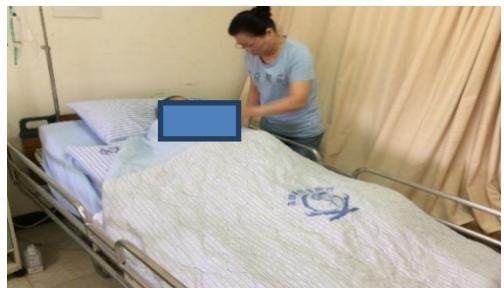
圖十六：將左肩受壓部位輕輕托出，整理頭部及床單



圖十七：雙腿間夾枕頭，雙手環抱枕頭，整理管路及衣服



圖十八：避免足踝及足跟受壓，以軟枕、棉捲等減壓



圖十九：整理被蓋頭高床頭約30度

### (三)營養補充

均衡飲食，充足熱量，疾病無限制下攝取高蛋白質及高維他命、高礦物質的食品，如綠色蔬菜、水果、魚、肉、奶類等。

## 六、治療

住院期間配合醫療團隊指導來進行照顧，最重要的是避免骨突處皮膚受到摩擦破損，適時移走壓力源，否則容易惡化。醫療照護人員會依照皮膚損傷情形提供傷口照護與治療，出院返家護理人員也會教導傷口照顧方

式，家屬或照顧者有疑問可隨時向醫療人員詢問。

## 參考資料

台灣醫療品質策進會(2021, 1月)・台灣臨床成效指標執行手冊(2-3頁)・台北：台灣醫療品質策進會。

[https://tcpi.jct.org.tw/Files/2021.01%E7%B6%9C%E5%90%88%E7%85%A7%E8%AD%B7%E4%BF%AE%E8%A8%82%E6%B8%85%E5%96%AE0105\\_%E9%99%84%E4%BB%BA\\_132549837703110838.pdf](https://tcpi.jct.org.tw/Files/2021.01%E7%B6%9C%E5%90%88%E7%85%A7%E8%AD%B7%E4%BF%AE%E8%A8%82%E6%B8%85%E5%96%AE0105_%E9%99%84%E4%BB%BA_132549837703110838.pdf)

江明珍、陳慧芳、朱育臻（2023）・運用多元策略降低重症病人壓力性損傷發生率・新臺北護理期刊, 25(2), 66-76。[https://doi.org/10.6540/NTJN.202309.25\(2\).0006](https://doi.org/10.6540/NTJN.202309.25(2).0006)

許美玉、林瑞萍、呂基燕（2019）・醫療器材相關壓力性損傷預防策略・護理雜誌, 6 (3), 106-111。

Dan Berlowitz, M. (2023). Clinical staging and management of pressure-induced skin and soft tissue injury.  
<https://www.uptodate.com/contents/clinical-staging-and-management-of-pressure-induced-skin-and-soft-tissue-injury>

Lyu, Y., Huang, Y. L., Li, Z. Y., & Lin, F. (2023). Interventions and strategies to prevent medical device-related pressure injury in adult patients: A systematic review. *Journal of clinical nursing*, 32(19-20), 6863-6878.

圖一、「壓力性損傷好發部位」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖二、「一級壓傷」高雄榮民總醫院成人加護病房50區黃聖惠(2024)拍攝授權使用。

圖三、「二級壓傷」高雄榮民總醫院81病房李秀娟(2024)拍攝授權使用。

圖四、「三級壓傷」取自 National Pressure Injury Advisory Panel. <https://learn.npiap.com/Products>

圖五、「四級壓傷」取自 National Pressure Injury Advisory Panel. <https://learn.npiap.com/Products>

圖六、「無法分級傷口」高雄榮民總醫院成人加護病房50區黃聖惠(2024)拍攝授權使用。

圖七、「深層組織損傷」取自 National Pressure Injury Advisory Panel. <https://learn.npiap.com/Products>

圖八、「黏膜層無法被分級損傷(醫療器材引起)」高雄榮民總醫院成人加護病房50區黃聖惠(2024)拍攝授權使用。

圖九、「醫療裝置引起損傷」取自 National Pressure Injury Advisory Panel. <https://learn.npiap.com/Products>

圖十、「搖平床頭」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十一、「翻左側移向右側」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十二、「手部放於胸前或腹部，右腳曲放於左腳上」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十三、「圍上床欄，站到對側，固定肩膀、髋部，注意管路，翻左側」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十四、「協助拍背及檢查受壓部位皮膚，整理床單維持平整」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十五、「枕頭支托背部，將身體輕輕擺回採側臥姿勢」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十六、「將左肩受壓部位輕輕托出，整理頭部及床單」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十七、「雙腿間夾枕頭，雙手環抱枕頭，整理管路及衣服」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十八、「避免足踝及足跟受壓，以軟枕、棉捲等減壓」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

圖十九、「整理被蓋頭高床頭約30度」高雄榮民總醫院72病房郭靜如(2022)拍攝授權使用。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，

若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！