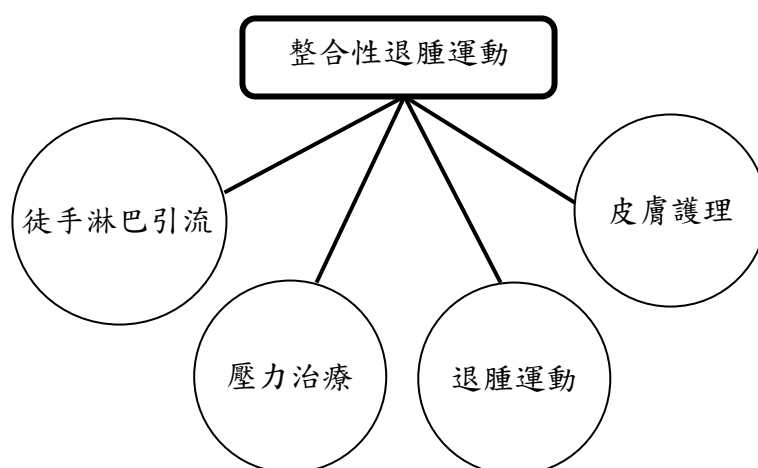


高雄榮民總醫院 復健醫學部 一般衛教文件

科別	復健醫學部	編號：4200042
主題	整合性退腫治療 Complete decongestive therapy (CDT)	2023.02.01 訂定
製作單位	復健醫學部	2023.08.30 審閱/修訂

整合性退腫治療 Complete decongestive therapy (CDT)



整合性退腫治療是目前控制水腫的黃金標準，透過徒手淋巴引流、壓力控制、退腫運動以及皮膚護理，四個面向環環相扣，方能有效且快速消除水腫。整合性退腫治療分成兩個時期，第一期為退腫期，第二期為自我管理期。在退腫期確認肢體的安全，當達到水腫消退的平原期時，較能成功銜接自我管理期。(Michopoulos E, et al., 2020)

(上肢) (下肢)



(上肢) (下肢)



	徒手淋巴引流	加壓治療	退腫運動	皮膚護理
第一期 (退腫期)	30~60 分鐘/次 1 次/天，5 天/周	打繃帶 23 小時	10~15 分鐘/次 2 次/天	2 次/天
第二期- (自我管理期)	10~15 分鐘/次 2 次/天	白天壓力袖套 夜晚打繃帶		

退腫期:上肢 2~3 週；下肢 2~4 週

參考資料：

1. Zuther, J. E., & Norton, S. (2018). *Lymphedema Management: The Comprehensive Guide for Practitioners* (4th ed.). Thieme.

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。