

褥瘡照顧

Merawat Luka Baring

何謂褥瘡？

Apa itu luka baring?

壓瘡乃因身體局部承受外在持續的壓力，使得該區的動脈血流供應受阻，若壓力持續六小時以上，組織就會壞死。壓瘡亦會因潮濕或衣褲不平整及不當的剪力皆會造成。



Luka baring adalah bagian tubuh yang terluka akibat tekanan yang berkelanjutan, sehingga peredaran di bagian tubuh itu terhambat, bila tekanan ini berkelanjutan lebih dari enam jam maka sel tubuh itu akan mati. Luka baring juga bisa disebabkan karena lembab atau celana dalam yang tidak rata atau pergesekan yang tidak tepat.

壓瘡分級：Tingkatan luka baring:

第一級：受壓部位皮膚發紅，但未破皮。

Tingkat I: Kulit bagian yang tertekan merah namun tidak terkelupas.

第二級：受壓部位皮膚有破皮且傷及皮膚。

Tingkat II: Kulit bagian yang tertekan terkelupas dan lecet.

第三級：受壓部位皮膚傷及真皮層。

Tingkat III: Kulit bagian yang tertekan lecet dan melukai kulit dalam.

第四級：受壓部位皮膚傷及肌肉層或骨骼。

Tingkat IV: Kulit dan daging atau tulang bagian yang tertekan menjadi luka.

避免剪力：Jangan menggesek:

1. 無法自行移動的病患，若在床上採取半坐臥，應在膝蓋下放一個枕頭，以免病患向下滑產生剪力。

Untuk pasien yang tidak dapat menggeser dengan sendirinya, bila ingin bersandar di ranjang maka letakkan bantal di bawah lutut agar pasien tidak merosot yang bisa menyebabkan pergesekan.

2. 想要上下或左右移動病患時，避免拖拉病患，要以床單輔助來移動。

列印日期： 年 月 日

單位：

05-2756000 分機：

Bila ingin memindahkan pasien ke atas/bawah atau ke kiri/ kanan, hindari menggunakan cara menyeret, gunakan sprei ranjang untuk menggeser posisi pasien.

3. 將枕頭置於腳和垂足板之間，以防病患向下滑。

Taruh bantal di antara kaki dengan papan penahan kaki agar pasien tidak merosot ke bawah.

壓瘡的高危險群：

Pasien yang beresiko tinggi terkena luka baring:

營養不良、貧血、水腫、抽菸、高齡者、意識不清、無法自行翻身、糖尿病、大小便失禁者，皆屬於壓瘡的高危險群。

Pasien yang memiliki kondisi seperti kurang gizi, darah rendah, sembab/edema, perokok, lanjut usia, tidak sadarkan diri, tidak dapat membalikkan badan dengan sendiri, diabetes/kencing manis, tidak dapat mengontrol pembuangan air kecil/besar.

褥瘡傷口的照顧：

Cara merawat luka baring :

1. 密切觀察被看護人皮膚情形並做紀錄：特別是傷口的大小、顏色、與滲出物的情形。傷口的長寬可以用透明紙比對，劃上傷口大小記號，再做長寬測量，亦可以將滲出物的顏色、量做紀錄。例如清水、漿液、膿液、血液…等。

Perhatikan kondisi kulit yang luka dan catat: terutama ukuran luka, warna dan cairan yang keluar. Ukuran luka dapat diukur dengan kertas yang tembus pandang, catat dengan

menggambar ukuran luka kemudian mengukur panjangnya, juga sekaligus mencatat warna cairan yang dikeluarkan dan catat sebanyak mungkin informasi yang ada.

Seperti cairan

yang bening, berlendir, nanah, darah dll.

2. 接觸被看護人皮膚前的防護：為被看護人施行身體照顧或更換床單、衣物前後，皆須徹底洗手。若可能會觸及傷口的體液或血液，應戴手套。皮膚病變處不可使用肥皂、乳液；病變處的痂皮也不可擅加剝除。

Perlindungan sebelum menyentuh pasien: Sebelum dan sesudah melakukan perawatan atau mengganti sprei ranjang dan pakaian pasien, harus mencuci tangan hingga bersih.

Apabila berkemungkinan bersentuhan dengan cairan atau darah pasien maka harus mengenakan sarung tangan. Untuk kulit yang cedera tidak boleh dibersihkan dengan sabun batang atau cair, termasuk korengan kulit tidak boleh dikorek.

3. 促進皮膚對壓力及損傷的耐受力：

Cara meningkatkan daya tahan kulit atas tekanan atau luka:

(1) 均衡營養可預防壓瘡及促進壓瘡傷口的癒合，因此需留意被看護人的進食情形，必要時給予補充營養。

Gizi yang seimbang dapat mencegah luka baring dan mempercepat penyembuhan luka baring, oleh karena itu harus memperhatikan kondisi makan pasien, bila diperlukan bisa ditambah dengan vitamin.

(2) 保持皮膚的清潔乾爽，必要時塗擦乳液、油膏，用按摩的方式避免皮膚乾裂。

Jaga agar kulit dalam keadaan bersih dan kering, bila diperlukan dapat mengoleskan krim, minyak dan dipijat agar kulit tidak kering dan pecah.

(3) 若為大小便失禁者，應特別留意其皮膚清潔，以阻斷尿液糞便對皮膚的刺激，必要時可在排便後，塗擦凡士林於肛門周圍的皮膚。

Untuk pasien yang tidak dapat mengontrol pembuangan air kecil/besar, harus lebih memperhatikan kebersihan kulit agar kotoran tidak merusak kulit, bila diperlukan setelah

membuang air besar, perawat boleh memoleskan Vaseline disekitar lubang dubur.

(4) 對於未受壓發紅的皮膚，可藉按摩來促進皮膚的血液循環，詳細按摩步驟可請教專業護理人員。

Untuk kulit yang merah-merah pada bagian yang tidak tertekan bisa dibantu dengan memijit agar peredaran darah sekitarnya dapat lancar. Dengan memijat dapat memperlancar peredaran darah. Untuk cara memijat boleh menanyakan kepada petugas medis.

4. 使用適當的輔具，例如：氣墊床或坐墊，可以減輕皮膚受壓；不要使用氣圈，因其反而阻礙該部位的血液循環。

Gunakan alat bantu yang tepat, seperti: kasur angin (air bed) atau alas duduk bisa mengurangi beban tekanan kepada kulit. Jangan menggunakan yang jenis gelembung, karena jenis seperti itu dapat menahan peredaran darah.

主辦單位：臺北市勞動力重建運用處

承辦單位：中華民國家庭照顧者關懷總會

Penyelenggara: Kantor Pemberdayaan & Rekonstruksi Tenaga Kerja Asing Kota Taipei

Pelaksana: Asosiasi Perawat Rumah Tangga Taiwan

參考資料：

北市勞動力重建運用處(2017). 臺北市外籍看護照顧手冊引自：

https://fd.gov.taipei/News_Content.aspx?n=67945D18DB76BA5D&sms=973FD07C716974AB&s=6B2018866462E18F