



久臥病人得褥瘡？專家教您醫療用床墊這樣挑！

對於長期臥床的病人而言，褥瘡，可說是必須嚴陣以待的敵人！到底，褥瘡如何生成？如何挑選醫療用床墊來預防或緩解褥瘡帶來的不適？食品藥物管理署（下稱食藥署）邀請臺灣家庭醫學醫學會曹玉婷醫師來為民眾做深入說明。

褥瘡又稱壓瘡，主要由身體的壓力所造成

曹玉婷醫師指出，褥瘡主要由壓力造成，又稱「壓瘡」。所謂的壓力，第一種是直接壓力，常見臥床病人的坐骨與側躺時的骨突處；第二種是剪力，例如臥床時，因平行拖拉的力量所造成。此外，潮濕的環境如：尿布、床墊或皮膚皺摺處，也容易導致褥瘡生成。除了這些外在原因，營養不良、過度肥胖、過瘦、肌少症等也可能導致褥瘡生成。

臨床上，褥瘡分為四個等級：第一級皮膚會發紅，第二級會產生水泡、紅腫，傷及真皮組織，第三級影響到皮下組織與脂肪，第四級深入筋膜、肌肉與骨頭。

三大選購要點：自動調節壓力、合適硬度與透氣材質

曹醫師指出，防褥瘡床墊多為氣墊床，除了傳統的氣墊之外，也有內部分為許多小隔間、小氣室的非動力治療床墊，這些氣室可因為壓力變化，會改變身體的支撐性與壓力點，做到壓力的分散。另外，還有含動力技術的交替式壓力氣墊床，這是靠馬達幫浦或微電腦的自動控制系統，產生氣動或水動的交替式壓力，可交替減壓、轉移身體的受壓接觸點，同時具有按摩功能。

至於民眾應該如何選擇？曹醫師認為，民眾可視自身經濟能力購買，選擇上以能自動調節壓力者為佳。「但無論哪一種床墊，都要避免過硬，且選擇透氣材質，以保持乾爽。」

居家照護，九大注意事項

除了推薦合適的防褥瘡床墊，曹醫師也在執行居家醫療服務時，協助過許多褥瘡病患。她提出下列照護方式供民眾參考。

- ①留意氣墊床是否有忘記插電、損壞無法運作的狀況。
- ②每兩小時替臥床病人翻身，勿長時間維持固定姿勢。
- ③降低床頭位置，以防重力向下，導致褥瘡更嚴重。
- ④坐輪椅時應每小時變化姿勢，或改至沙發區。
- ⑤避免拖拉病人而摩擦患處，可利用輔具協助移動。
- ⑥避免流汗未清理或不通風的環境，以降低皮膚潮濕度。
- ⑦多喝水、補充蛋白質，幫助傷口修護。
- ⑧若已嚴重到第三、第四級褥瘡，應立即就診，並學習澈底清潔與消毒。

- ⑨情感支持很重要，好心情可降低壓力賀爾蒙，並用正向態度鼓勵患者。

食藥署提醒民眾，宣稱預防或治療褥瘡的床墊屬於第一等級醫療器材，此類產品製造、輸入之前，需取得衛生福利部核發之醫療器材許可證，或向食藥署申請醫療器材登錄。消費者在選購時，請牢記醫材安心三步驟：一認：「認」識產品為醫療器材；二看：在購買時「看」清楚，包裝上是否刊載「醫療器材許可證字號或登錄字號」及「製造業者/許可證所有人或登錄者名稱、地址、品名、製造日期」等完整標示；三會用：使用前務必詳讀產品使用說明書，才能「正確使用」。

文字撰寫 | 遠見編輯群

氣導式助聽器，讓您的生活更繽紛！

「**聲**音」是訊息傳遞、相互溝通的重要元素，但隨著年紀增長，耳朵結構與聽覺神經逐漸衰退，或因為疾病、環境等因素導致聽力受損，都會大幅影響生活品質。食藥署說明，常見的空氣傳導性助聽器(或稱氣導式助聽器)是一種將周遭環境聲音放大的醫療器材，用於彌補衰退或受損的聽力，協助聽損者改善生活機能。



經專業聽損評估，調校助聽器的最佳參數

一般氣導式助聽器的內部組件包括：麥克風(即聲音接受器)、訊號處理晶片、喇叭(即聲音撥放器)以及電池。原理是透過麥克風收音，以訊號處理晶片進行聲音訊號濾波與放大，再由喇叭播放至耳道，藉由耳道內空氣振動，將聲音傳導至耳膜。此外，一般氣導式助聽器的適配，須由專業人員進行聽損評估，並依結果調校各項參數，才能讓助聽器發揮最佳輔助效果。