

水腫皮膚照顧與護理

壹、水腫原因：

局部血管栓塞如深層靜脈栓塞症，在深層靜脈出現血栓，使得靜脈血液無法順利回流的疾病。淋巴水腫是淋巴由微血管溢出富含蛋白質的液體，淋巴會經由淋巴系統遍佈全身，最後再回流至靜脈。



淋巴水腫分級

貳、徵狀：

全身肢體或部分肢體持續的腫脹，下壓皮膚造成凹陷。

參、皮膚護理：

- 一、用無傷害性之清潔劑。
- 二、以柔軟的乾布擦拭並確定指縫間及皺摺處都擦乾。
- 三、使用羊毛脂類的乳液使皮膚濕潤、柔軟，需防曬避免曬傷。
- 四、必要時使用防蟲藥以預防昆蟲叮咬。
- 五、小心修剪指（趾）甲。
- 六、勿在水腫的肢體上量血壓、抽血、打針。

肆、照護方法：

- 一、患肢肢體抬高，高於心臟位置可減輕水腫。

二、按摩：

- (一) 由遠端往近端的方向以環形按摩方式移動。
- (二) 一個部位重覆按摩 5-7 次。
- (三) 施壓的時間要比放鬆的時間來的長。
- (四) 皮膚發紅、破皮勿按摩。

伍、芳香療法：(若病家自備精油)

- 一、葡萄柚精油 (4 滴) + 基礎油 (10ml)，按摩患肢，以向心臟方式進行。
- 二、檸檬精油 (2 滴) + 葡萄柚 (2 滴) + 橄欖油 (10ml) 按摩患肢，從遠端肢體向心臟方式進行。

陸、諮詢服務電話

- (02) 89667000 轉 2847、1907 (馨寧病房)
(02) 89669000 (預約掛號專線)

柒、參考資料

Claud Regnard.Mervyn Dena(2015) · 緩和醫療症狀舒緩指引(初版) · 合記。

賴維淑(2020) · 舒適護理(初版) · 台灣安寧緩和護理學會。

川口三枝子(2021) · 一看就懂！馬上就能運用的精油化學：了解成分與作用，搭配科學芳療挑選精油和配方，有效改善各種身心症狀(初版) · 大樹林出版社。

捌、複習一下 (是非題)

問題 1:()水腫原因有:微血管壓力增加、血漿白蛋白減少、淋巴管道阻塞、微血管滲透性增加。

問題 2:()外在壓力在早期水腫會造成肢體局部凹陷。

問題 3:()為減輕水腫，有水腫的肢體盡量不要抬高。

正確答案:

問題 1:O 問題 2:O 問題 3:X

編印單位:護理部 8A (Hospice-001)
編印日期:2016 年 03 月 21 日第 1 版
編印日期:2022 年 01 月 31 日第 3 版
全院編碼:亞東醫院出版品 (SH111)
材物編碼:MS4903F030
宗旨: 持續提升醫療品質
善盡社會醫療責任
願景: 成為民眾首選的醫學中心