

牽引病患須知

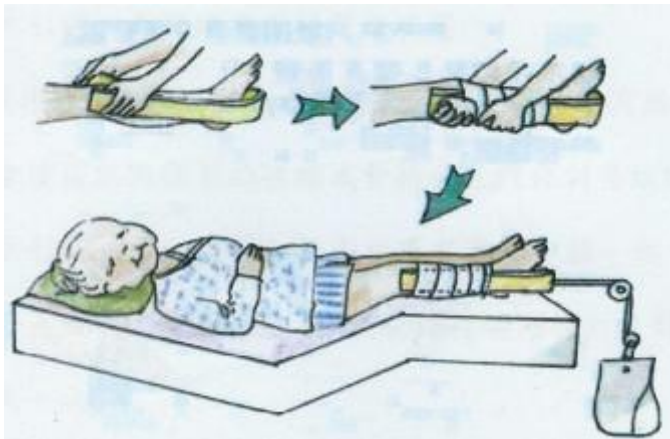
一、牽引的目的

- (一) 治療骨折，提供肢體固定，以維持正常排列、促進癒合。
- (二) 解除肌肉痙攣造成的疼痛，以促進舒適。
- (三) 矯正、減緩或預防關節的畸形。

二、牽引的種類

- (一) 皮膚牽引：將拉力施加於皮膚和軟組織上，進而達到牽引的作用。

(圖一)



- (二) 骨骼牽引：將骨釘穿入骨頭，直接將拉力施加於骨頭而達牽引的目的。(圖二)



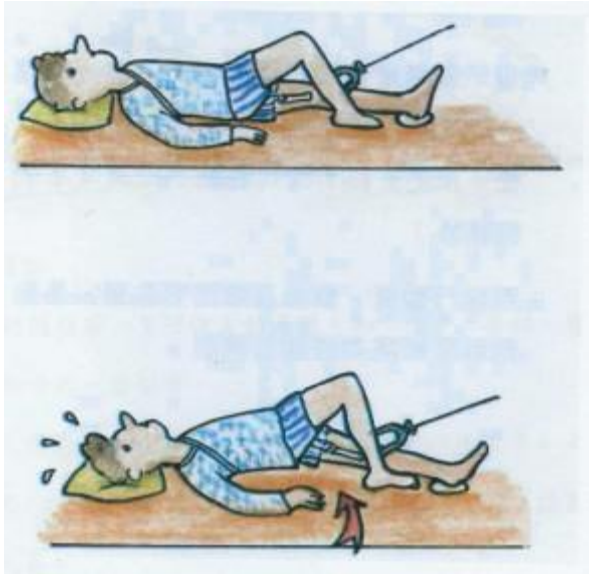
三、牽引的注意事項

- (一) 牽引時採仰臥姿勢（如圖一、圖二）。
- (二) 牽引時要抬高床尾約 15~30 度、腳底不可接觸到床尾，膝窩處需墊一枕頭，避免小腿懸空，削減牽引力量。
- (三) 牽引繩需確實在滑輪溝上，砂袋自然懸吊於床尾，不可碰到病床或地面，以免削減牽引力量（如圖一）。
- (四) 骨骼牽引時，馬蹄鐵不可以接觸到皮膚，以避免皮膚受損（如圖二）。
- (五) 骨骼牽引時，護理人員會持續觀察骨釘周圍皮膚有無紅、腫、熱、痛或分泌物等發炎徵兆。
- (六) 皮膚牽引時，每天需將牽引鬆開二次，以觀察並清潔皮膚。
- (七) 皮膚牽引期間如發現足背或腳趾腫脹、發紺、冰冷，表示繃帶綁得太緊，應立即請醫護人員鬆開繃帶。另繃帶滑脫或位置改變時，亦請通知醫護人員重新包紮。
- (八) 未經醫護人員許可，請勿自行取下或增減砂袋，避免影響療效。
- (九) 牽引期間因必須長期臥床，請每小時深呼吸、咳嗽 1~2 次，以促進肺部擴張。
- (十) 臥床期間需每 2 小時翻身一次，以預防骨骼突出部位皮膚受壓損傷。
- (十一) 請攝取高纖維食物，如：青菜、水果，每天補充水分 3000cc，以促進排便，預防便秘。

四、牽引中的復健運動

接受牽引期間應同時執行復健運動，以避免全身肌肉萎縮和關節僵硬，且愈早進行愈好，醫護人員會依病況調整運動量，通常一天做 3-4 次，每個動作每次各做 10 次。

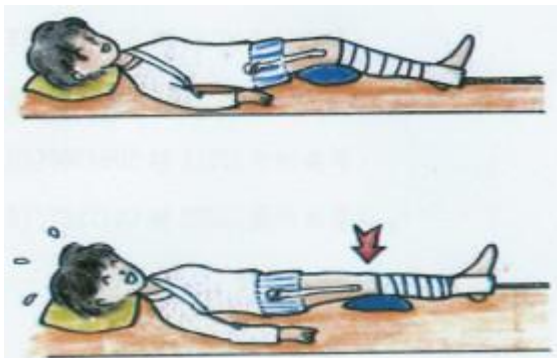
- (一) 背、臀部肌肉運動
雙手撐床，健肢彎膝施力抵床，以足部抵住床鋪做支撐，抬高背部，收縮臀部，持續 5 秒鐘後再回復原位（如圖三）。



(二) 下肢關節肌肉運動

1. 下肢關節及肌肉運動

(1) 股四頭肌運動：膝關節下壓，肌肉持續收縮 5 秒後放鬆（如圖四）。



(2) 足踝關節運動：腳板快速上翹、足背下壓，促進血液回流（如圖五）。
（骨骼牽引於足踝處者不需執行此運動）



正確牽引治療可促進骨折癒合，也可使關節得到休息，請您務必遵照醫護人員指導，配合牽引治療，以達療效。

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售。
著作權人：長庚醫療財團法人