



# 身體約束之護理指導

## 一、身體約束之時機

當有意識混亂、行為無法配合或協助治療進行、預防跌倒發生，且無其他更有效的替代方法時，醫護人員會考慮執行身體約束來保護您。醫師會評估執行身體約束的必要性，並向您(病人/家屬)說明身體約束的原因及必要性，取得您的同意並簽妥同意書後，開立身體約束之醫囑，由護理師協助執行病人身體約束。

## 二、身體約束使用之用具

基於上述原因，醫護人員在謹慎考量後，依狀況選擇適當的約束用具，常見如乒乓球手套(如圖一)或手腕式約束帶(如圖二)，若上述二種用具不適用或仍需加強約束時，會合併使用胸部約束帶(如圖三)、床單等，固定您(病人/家屬)部分肢體或全身，以限制身體自由活動及預防不安全狀況發生。



圖一 乒乓球手套約束帶



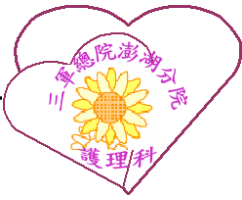
圖二 手腕式約束帶



圖三 胸部約束帶

## 三、身體約束期間需注意的事項

- (一)身體約束過程中，可能會引起您的不安及反抗，請您(家屬)與護理師一同安撫病人的情緒，以增加病人的安全感及配合度，降低發生危險的可能性。
- (二)為了維護安全與舒適，約束前將移除身上及周圍之危險物品，如項鍊、戒指、手錶及手環等，以減少約束時的不適感。
- (三)約束時，應避免壓迫動靜脈瘻管、點滴注射處及其他引流管，並將呼叫鈴放置在您(病人/家屬)容易取得之處，方便您於緊急情況下通知護理師。
- (四)執行身體約束期間，請注意約束用具是否固定妥當與鬆緊度是否適宜(以能伸入1~2根手指為原則)。約束過緊會阻礙肢體血液循環，導致肢體蒼白、冰冷或有麻木感等；約束過鬆則容易造成約束帶滑脫。若您發現約束帶太緊或鬆脫，請立即通知護理師處理。



- (五) 約束帶應以平結(勿綁蝴蝶結)方式綁於床架(勿綁於床欄)，且與床體切成直角。因平結不僅能有良好的固定，緊急時亦可迅速鬆開；而約束帶與床體成直角固定於床架，則可避免約束帶滑動鬆脫，或因拉起、放下床欄而受到拉扯。
- (六) 當執行胸部約束時，護理師會適時協助調整姿勢，以免壓迫胸部而導致呼吸困難的情況，若您(病人/家屬)覺得有任何不適的情形，請隨時通知護理師處理。
- (七) 護理師至少每2小時會鬆開約束帶15分鐘，您(家屬)可與護理師一起協助執行翻身護理及全關節運動。鬆開約束時，您(病人)身旁一定要有人陪伴且視線不可離開，以避免不經意地拔除管路或出現影響其安全之舉動。
- (八) 當您(病人)翻身或調整床體高度後，必須再次將約束用具重新固定於適當的位置，所以當您(病人)覺得不舒服或您(家屬)想協助病人變換姿勢時，請通知護理師協助。
- (九) 為了維護病人安全，當您(病人)想下床活動或有其他如進食、如廁、及沐浴等生理需求時，解開身體約束前請務必先與護理師討論，再由護理師執行，請勿自行鬆開約束帶。若您(病人)自行解開約束或鬆開約束帶做關節活動後需再次約束，亦請通知護理師處理，再次評估及確認病人安全狀況無虞。
- (十) 醫師與護理師在照護過程中會持續密切地評估您(病人)狀況與約束之必要性，依照您(病人)的狀況，儘早解除身體約束。

### 參考資料

- Burry1, L., Rose, L., & Ricou, B. (2017). Physical Restraint: time to let go. *The Journal of Intensive Care Medicine*, 43, 1-3.
- Chan, C. W., Chuan, K. L., Liao, C. C., Chu, W., & Hwu, Y. J. (2017). Establishing and Evaluating the Effectiveness of Physical Restraint Guidelines for Critical care Patients. *The Journal of Resuscitation & Intensive Care Medicine*, 2(1), 10-21.