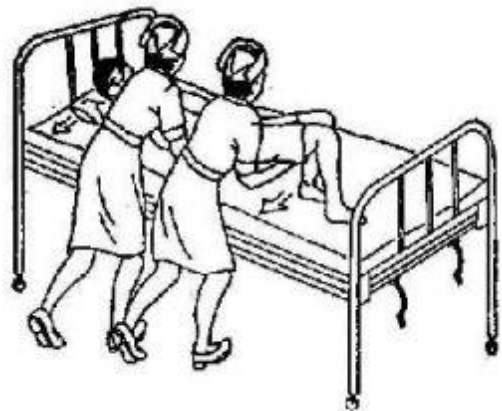


# 翻身擺位



## ■ 前言

藉由正確翻身擺位技巧協助病人得到舒適臥位、預防壓力性損傷，同時避免因不當擺位而造成病人傷害及減少工作人員傷害。

## ■ 用物準備

小枕頭、糖果枕、L型枕(或U型枕)、標準枕



## ■ 協助病人側臥：右側

- 將對側的床欄拉起，並放置糖果枕以預防病人受到碰撞



- 右手托高病人頭頸部，將枕頭移至病人肩胛骨處(虛線為右手支托位置)



- 利用雙手臥住枕頭兩側，將病人上半身挪至左側



- 雙手環抱病人腰部移到左側



- 以雙手支托移動雙腳，與身體呈一直線

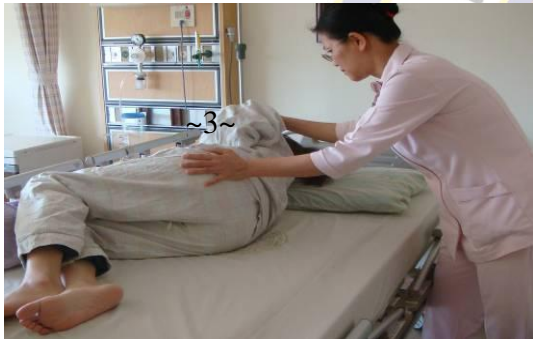


國立成功大學醫學院附設醫院  
斗六分院關心您

- 翻向右邊，先將左側下肢彎曲



- 雙手分別置於病人髖部及肩膀處，將病人輕推至對側



- 將L枕長端置於背部，短端夾於雙腳中



~3~

- 頸部及腰側空隙以小枕支撐，雙下肢以枕頭適當支撐



- 再協助將右側肩膀托出



- 調整病人感覺最舒適與安全的姿勢可讓病人抱小枕頭於胸前



~4~

- 整理病人的衣服、床單、及被蓋，並拉起雙側床欄。  
(檢查病人的身體是否呈一直線)



### ■ 注意事項

- 翻身後需檢視病人沒有任何身體部分受到壓迫，如肩關節。兩膝蓋勿重疊或磨擦。
- 依病人需要改變姿勢，至少每2小時為病人更換姿勢。
- 翻身擺位的時機：最好在進食前後1~2小時執行。
- 當有特殊身體狀況，如：骨頭轉移或骨折，應先請教醫護人員翻身注意事項。
- 枕頭的使用以病人的舒適為主，可彈性調整。

參考資料來源：成大總院 10C  
製作單位：RCW  
製作日期：111.06  
修訂日期：113.06

DL-07-2-004

~5~