



# 身體清潔與舒適

- 口腔清潔
- 鼻胃管照護
- 背部護理

▶ 講師：馬偕居家護理所  
熊美鳳護理師

▶ 地點：淡水馬偕第二講堂

▶ 時間：2019年07月25日

# 學習目標

- ◆ 認識口腔護理的重要性，並正確提供口腔護理促進案主舒適及清潔。
- ◆ 認識背部護理的重要性，並正確提供背部護理促進案主舒適感。

# 大綱

- ▶ 口腔清潔
- ▶ 鼻胃管照護
- ▶ 背部護理

# 口腔清潔

( Mouth Care )



# 口腔清潔目的

1. 保持口腔清潔，預防口腔潰瘍發生。
2. 預防細菌在口腔內繁殖。
3. 增加口腔的舒適及美觀。
4. 為昏迷或不能自己刷牙的病人保持口腔之清潔，減少痰液造成呼吸道阻塞。
5. 減少異味及舌苔，防止惡臭產生。

# 口腔清潔準備用物

1. 口腔清潔溶液(0.9%生理食鹽水、茶葉水、煮沸後的開水、漱口水)。
2. 手電筒。
3. 壓舌板。
4. 手套。
5. 海綿刷。
6. 小臉盆(彎盆)。
7. 杯子x2
8. 毛巾。





# 口腔清潔操作流程-1

1. 洗手，向個案解釋目的。
2. 協助個案採坐姿或半坐姿。
3. 鋪大毛巾於病人頷下或胸前枕上。
4. 使個案頭側向照顧者。
5. 臉盆貼近病人下頷面頰，以接個案吐出之漱口水。
6. 持壓舌板由個案口腔側面置入撥開上下牙齒，以潔牙棒沾漱口水清潔各面。

# 口腔清潔操作流程-2

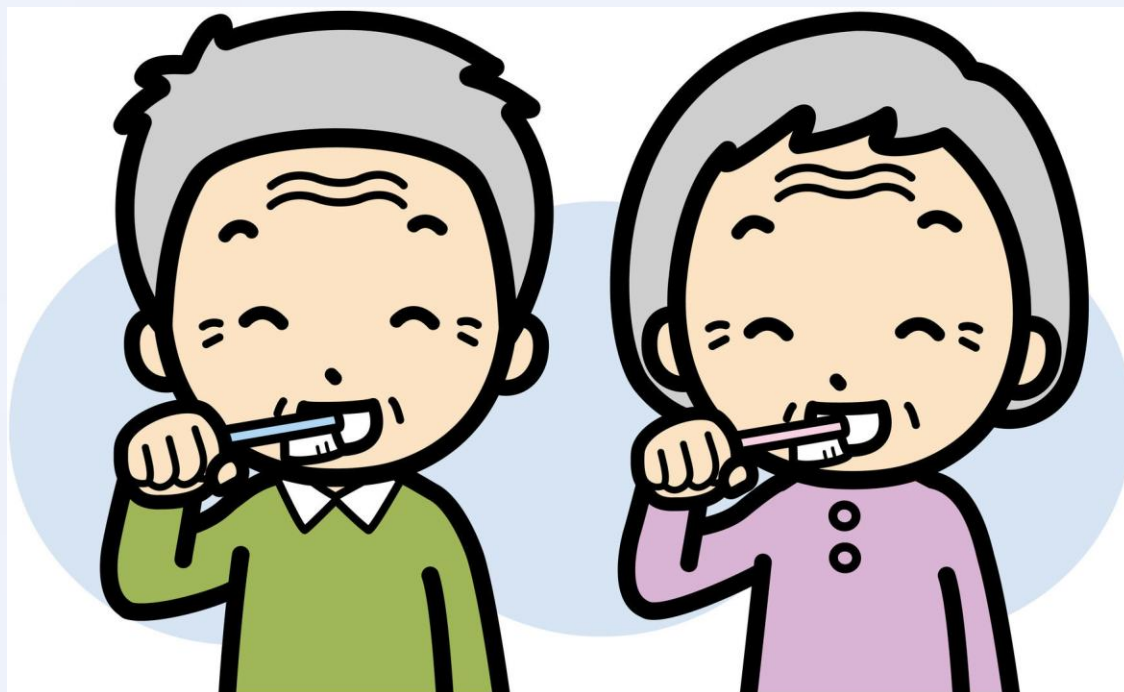
7. 以潔牙棒清潔舌頭或用舌苔棒清潔口腔粘膜，尤其頰部與牙齒之間。（若舌苔太厚，可使用凡士林軟化後再清潔）
8. 以清水再次漱口。
9. 清潔口腔周圍，唇部使用凡士林或護唇膏塗抹。



# 口腔清潔注意事項

1. 病人進食後，勿行口腔護理，以免引發嘔吐。
2. 若病人使用有氣味之漱口劑，需備清水漱口，以驅除口內氣味。
3. 做口腔護理時，一定要採半坐臥，頭轉向一面，防止肺吸入。

# 口腔清潔操作影片



# 鼻胃管照護

( NG tube Care )



# 鼻胃管-1

## 什麼是鼻胃管？

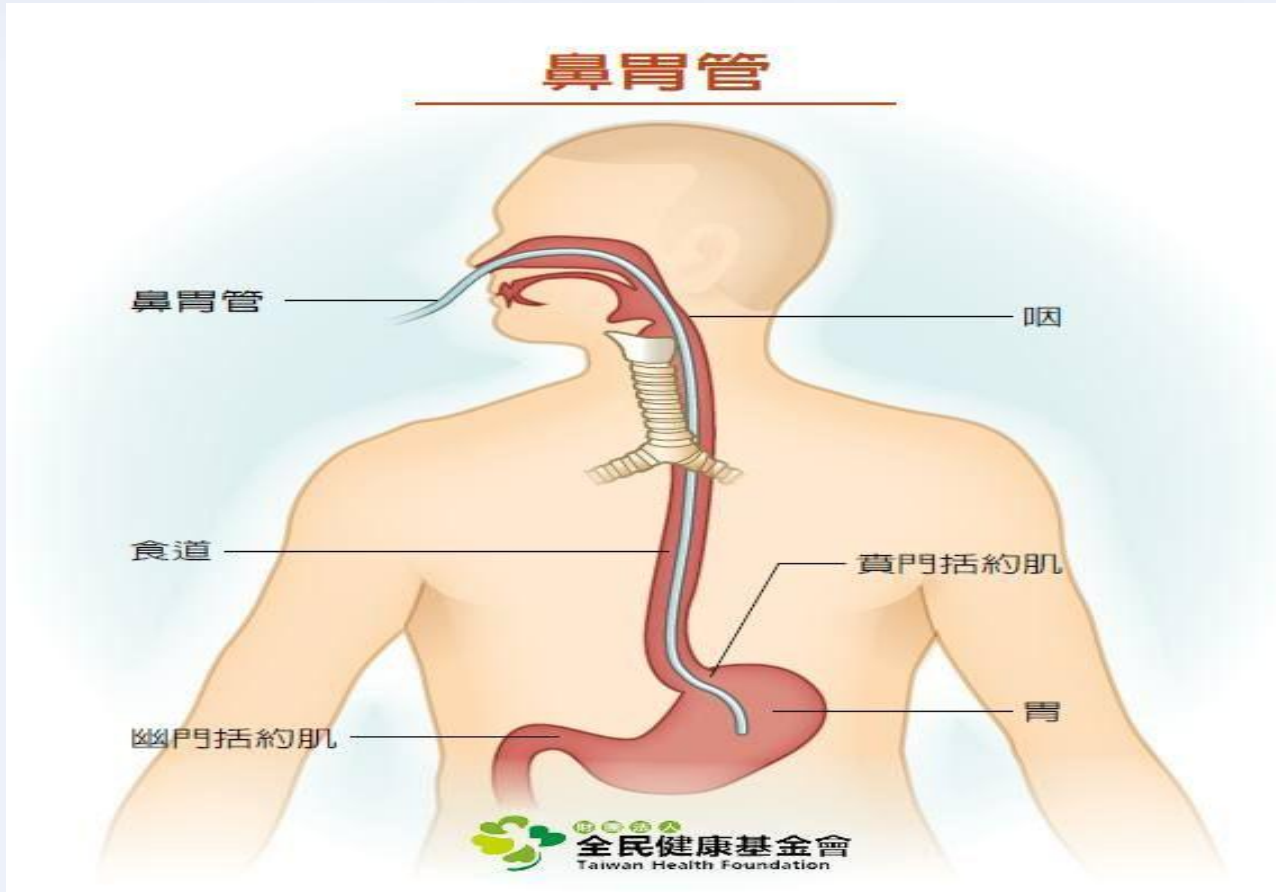
是一條約115-125公分的，透明管子，主要由鼻孔進入通過咽喉放到胃裡。

### ◆鼻胃管的種類

一般（PVC材質）兩週、矽製材質一個月

兩截式（矽質）一個月、聚胺材質二~三個月

# 鼻胃管-2



會依照個案的身高，決定鼻胃管放置的深度。

每次灌食前後應確認固定位置。



# 鼻胃管種類



一般 (PVC材質)



矽製材質



兩截式鼻胃管



PU材質



# 鼻胃管-3

## 為什麼要放置鼻胃管？

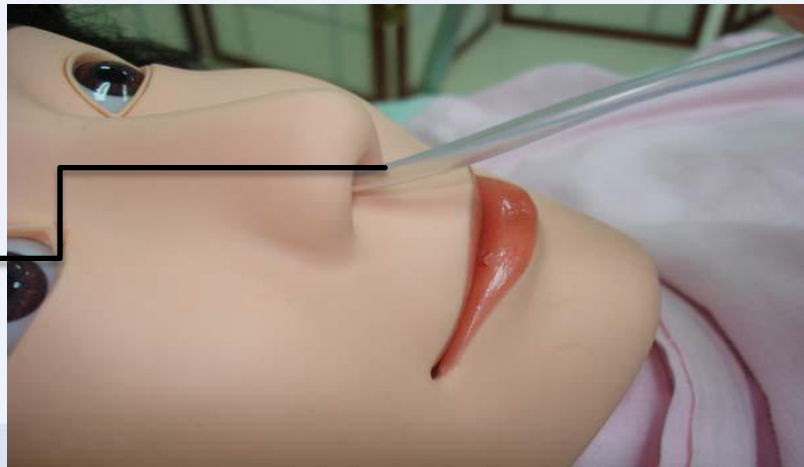
1. 讓無法由口進食個案，藉由灌食，達到營養需求。
2. 因疾病關係，放置鼻胃管引流胃部的消化液。

# 鼻胃管照護事項-1

## 鼻胃管固定方式

當放置完鼻胃管時，請注意鼻胃管靠近鼻部的**刻度**或是**外露長度**。一般材質刻度會在**2-3**間；矽製材質在**55~60cm**處左右。

確認刻度 ←



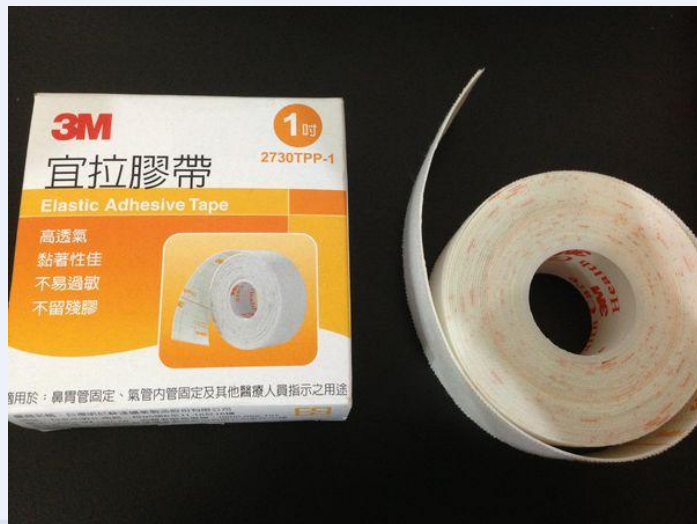
# 鼻胃管照護事項-2

1. 每天需更換鼻貼，並注意鼻部皮膚是否有發紅過敏的現象。
2. 每日以毛巾或小棉枝清潔鼻頭與鼻孔，並將鼻胃管慢慢轉動，可避免鼻部受到壓瘡。



# 鼻胃管照護事項-3

3. 更換新的紙膠固定時，請注意鼻頭處是否黏貼牢固、服貼，保持鼻部乾淨，注意黏貼處不要有出油、潮濕或鬆脫情形，以免鼻胃管滑脫。



# 鼻胃管照護事項-3

4. Y型固定：取一段適當長度的紙膠，從中間剪開一半，紙膠前端可先將鼻樑處固定，再將剪開的二條紙膠互相交錯纏住鼻胃管。





# 鼻胃管照護事項-3

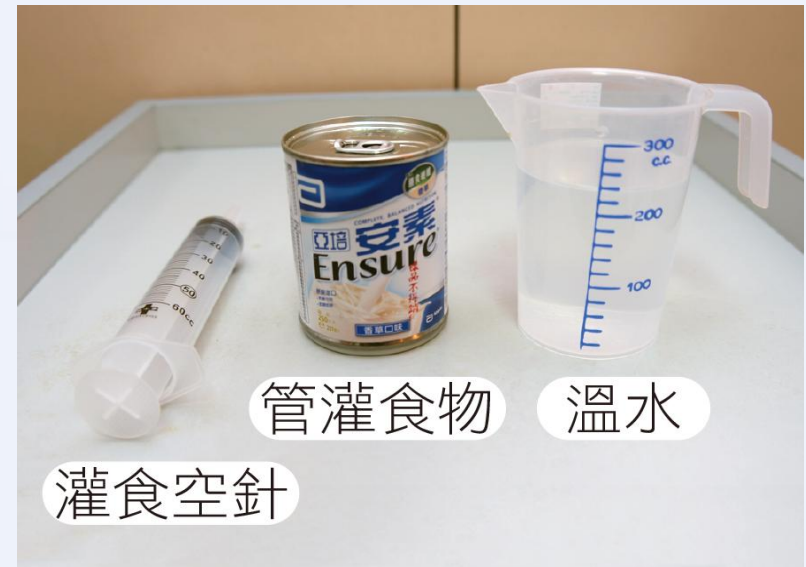
5. 鼻胃管尾端處固定良好，管路避免拉扯或壓迫。
6. 鼻胃管尾端固定方式：將鼻胃管尾端以夾子或安全別針適當的固定在衣服上，可避免因鼻胃管拉扯而滑脫。



# 鼻胃管護理技術-1

## 用物準備

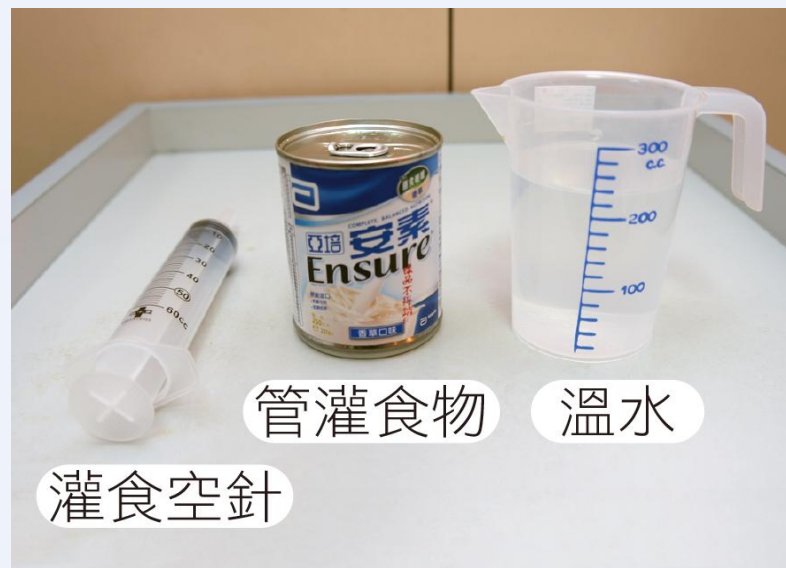
- 濕毛巾或棉枝
- 紙膠
- 溫水
- 灌食器
- 乾毛巾
- 溫的液體食物



# 背部護理

## 用物準備

- 濕毛巾或棉枝
- 紙膠
- 溫水
- 灌食器
- 乾毛巾
- 溫的液體食物



# 鼻胃管護理技術-2

## 個案姿勢準備

抬高床頭45度，或協助病患採半坐臥的姿勢



# 鼻胃管護理技術-3

1. 洗淨雙手後，先確定鼻胃管沒有繞在口中。
2. 反抽鼻胃管觀察消化的情形，**大於三分之一**可將這一餐灌食量減半；反抽量若超過上一餐灌食量之 $1/2$ 且有腹脹情形請暫停灌食，之後2小時候再評估消化程度，每次反抽視需要將反抽之食物再灌回去，不需丟棄。

舉例：早餐250CC → 反抽100CC → 減半灌食

早餐250CC → 反抽125CC → 暫停灌食 → 兩小時後再評估

# 鼻胃管護理技術-4

3. 在室溫下食物開罐或沖泡後需**2小時**內食用，若放冰箱冷藏需在24小時內食用完畢，自製的食物，打碎後用濾網過濾食物殘渣，才不會阻塞在鼻胃管內。

如果反抽物為**咖啡色、紅色或反抽困難**請勿再灌食，需要通知醫護人員處理。



# 鼻胃管護理技術-5

4. 灌食高度需要一個手肘長的高度(約15~20公分)。
5. 打開鼻胃管的開口時，注意不要讓空氣進入灌食器，接好灌食器後需先灌入溫開水約20cc以潤滑鼻胃管管壁。
6. 注意食物的溫度，可用手腕內測試溫度約37.7~40.5°C左右，灌食的速度每200cc應需20分鐘灌完
7. 如果灌食時有出現咳嗽、噁心、嘔吐或腹脹情形請先暫停灌食。



# 鼻胃管護理技術-6

8. 灌食完後，不可馬上灌入藥物，需倒入溫開水約30~50cc清潔管路，並維持原來的姿勢至少一小時。
9. 兩餐之間灌食應間隔3-4小時，完成灌食後請記得洗手。

# 背部護理

( Back Care )



# 背部護理目的

1. 維持背部皮膚清潔。
2. 按摩背部以促進肌肉鬆弛、血液循環，促進舒適。
3. 預防長期臥床案主皮膚破損。

# 背部護理用物與設備

1. 清潔的衣物、床單(視需要)。
2. 臉盆(盛41~43°C溫水)。
3. 毛巾、大毛巾。
4. 潤滑劑(乳液或嬰兒油)。
5. 便盆(視需要)。

## 步驟

1. 向個案說明，詢問個案是否需先如廁。
2. 洗手、準備用物。
3. 協助個案脫除上衣，採俯臥姿勢（意識不清者要注意呼吸道通暢），覆蓋大毛巾於背部。
4. 掀開大毛巾露出肩膀、臀部，以溫水毛巾擰乾由肩頸部往臀部擦拭。
5. 背部按摩（使用乳液或嬰兒油減少摩擦）
  - (1) 按撫法(Stroking)
  - (2) 揉捏法(Kneading)
  - (3) 重擦法(Friction)
  - (4) 敲扣法(Tapotement)
  - (5) 扣擊法(Percussion)
6. 以大毛巾拭去多餘的潤滑劑，移去大毛巾並協助穿衣。
7. 整理用物，洗手。

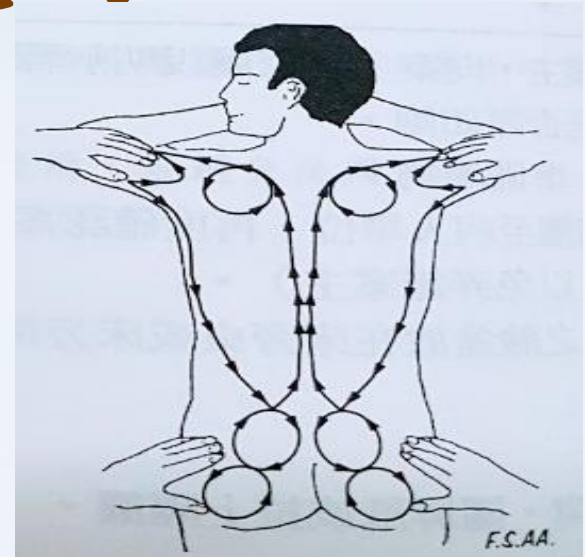
## 要點說明

- ※ 進食前後一小時，不可做背部護理。
- ※ 不適合俯臥者採側臥，注意保暖與隱私。
- ※ 要避開傷口。
- ※ 不可扣擊者：心臟病、背部受傷或手術（如骨折）、特殊肺病（如肺結核肺癌）。



# 背部按摩技巧-1

- ▶ 1. 按撫法(Stroking): 手掌平按病人肌肉塊，再以長而穩的力量來回按摩。



- ▶ 2. 揉捏法 (Kneading)



以雙手掌揉捏肌肉  
(適於手足部)



以雙手拉捏肌肉  
(適於背、臀部)

# 背部按摩技巧-2

- ▶ 3. 重擦法 (Friction) : 以大拇指延脊椎兩側，以環狀的動作按壓關節。

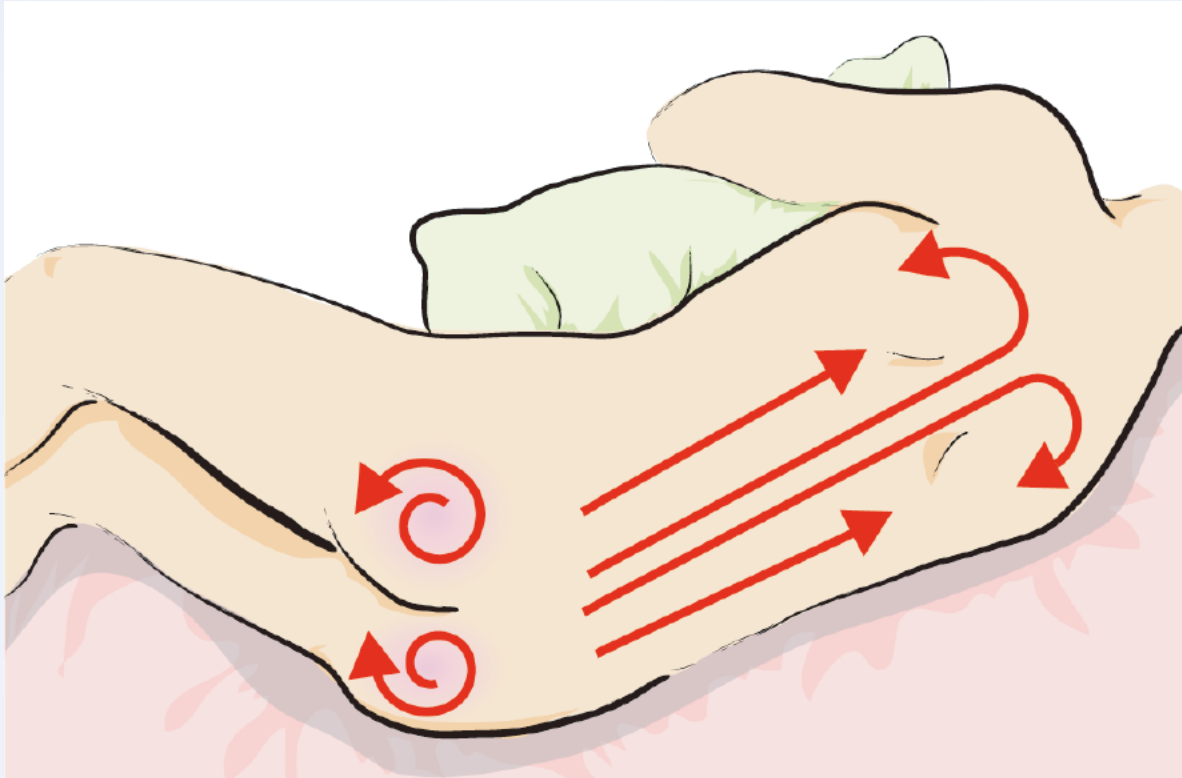


- ▶ 4. 敲扣法 (Tapotement)

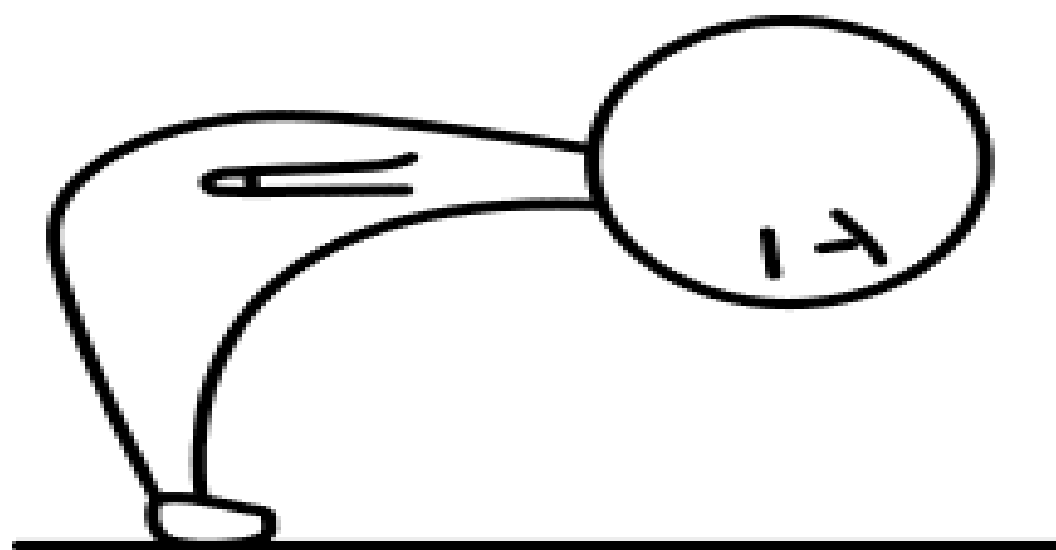
- ▶ 5. 扣擊法 (Percussion)



# 背部按摩



影片出處：弘光科技大學 林冠品老師



谢谢大家