



使用骨外固定器的居家照護

◆ 護理部護理長 吳佳燕

肢體骨折因著其治療目的及適應症，可分為骨內固定及骨外固定。骨外固定器主要針對複雜開放性骨折、骨盆骨折、矯正關節畸形或肢體延長術等，利用直接壓迫骨折處，增加骨頭的生長速度，於手術中將骨折復位後，再置入固定器使受傷骨頭能維持在正常的位置，提供穩定的支托，促進癒合。放置期限視治療目的及病況而定，通常約需數周至數月以上，由於放置時間長，因此居家照護時避免併發症及傷口感染的發生就相當重要。

居家照護注意事項

1. 觀察末梢血循

骨外固定器裝置後需密切觀察患肢的血液循環狀況及末梢感覺，如肢體末端麻木感，手指或腳趾末梢膚色、溫度及活動情形。正常情況下膚色粉紅、溫

暖，是可以活動的。骨外固定器裝置後初期的骨釘周圍傷口少量出血、局部皮膚微紅是可接受的，此現象隨著裝置時間增長而改善。

2. 骨外固定器裝置後復健及活動

使用骨外固定器肢體的上下關節都可活動，並能作肌肉收縮運動，如上肢裝置骨外固定器者，可做手握拳及張開手掌的動作；下肢有骨外固定器者，可做收縮及放鬆大腿肌肉的動作；每天四次，每次 10-20 下，此類運動可預防關節僵硬或肌肉萎縮。

依照醫囑建議早期使用適當的輔助器，如拐杖、助行器、輪椅協助行走或下床活動。

3. 骨外固定器骨釘周圍的照護

骨外固定器裝置後需隨時保持骨釘周圍的皮膚清潔及乾燥，且每天需清潔消毒，以預防感染發生。

- (1) 執行前需準備以下用物：生理食鹽水 (Normal saline)、水溶性優碘溶液 (Povidone iodine)、無菌棉棒、無菌 2×2 cm Y 型紗布及紙膠。
- (2) 清潔消毒執行步驟：洗淨雙手後擦乾並戴口罩，先清潔骨釘周圍，以無菌棉棒沾取生理食鹽水，由骨釘中心向外旋轉，將骨釘處之分泌物及血塊痂皮清除，棉棒旋轉時稍加下壓骨釘入口處，盡可能將分泌物清潔乾淨。注意每一支棉棒只用於一支骨釘且不重覆使用，再以無菌棉棒沾取水溶性優碘溶液，由骨釘中心點向外旋轉方式，消毒骨釘處待乾，再將無菌 Y 型紗布平整覆蓋於骨釘周圍，並以紙膠固定紗布。
- (3) 骨釘周圍如沾有血痂污垢，可另以雙氧水與生理食鹽水以 1：1 比例，用棉棒沾溼輕輕移除，維持骨釘周圍清潔。依照醫囑指示，每天至少執行骨釘周圍的護理一次，若發現傷口滲濕或滲液多，則應增加清潔消毒次數。

4. 骨外固定器裝置後的日常照顧

於飲食上採均衡飲食，可增加高纖、高鈣、高維生素 C，如蔬菜、奇異果、柑橘類及高蛋白的食物，如蛋、奶、魚、肉類，促進骨骼及傷口癒合；並避免會影響血液循環及造成血管收縮的食物如菸酒、含咖啡因等刺激性食物。

日常生活選擇穿著寬鬆舒適衣物，洗澡時須採擦澡或淋浴方式，若要淋浴需妥善包覆骨外固定器，以避免淋浴過程中傷口被水濺濕，而增加感染風險。

下肢裝置骨外固定器者，下床活動須依醫師指示，使用輔具協助，以確保活動行進中的安全，預防跌倒傷害發生。下床活動後會有充血及腫脹的不適感，可於平躺時將患肢稍加抬高促進血液回流，減輕肢體腫脹及疼痛感。

每天觀察骨外固定器的骨釘周圍狀況，不可自行扭動或拆除，若有明顯紅、腫、熱或膿性分泌物、異味、發高燒、骨釘鬆脫、斷裂或移位等情況，應立即就醫。

