

## 身體約束之護理指導

### 一、時機

當病人有意識混亂、行為無法配合或為了協助治療進行、預防跌倒發生甚至身上有多個重要的管路，必須預防管路因病人自拔而導致滑落，且沒有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病人，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（病人/家屬）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、用具

基於上述原因，醫護人員在謹慎考量後，將依狀況選擇適當的約束用具，常見約束用具如乒乓球手套（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）的部分肢體或全身，以限制身體自由活動，預防不安全狀況發生。



圖一 乒乓球手套



圖二 手腕式約束帶



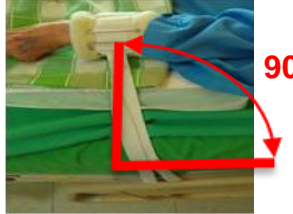
圖三 胸部約束帶

### 三、注意事項

- （一）身體約束過程中，可能會引起病人的不安及反抗，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。過程中有任何生理需求，可使用呼叫鈴通知護理師協助。

三軍總醫院 護理部 編印

諮詢電話：(02)24633330

- (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（如圖四）。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。
- 
- 圖四 約束帶與床體呈直角
- (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。約束部位如有疼痛感覺，請立即通知護理師。
- (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/家屬）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) 加護病房會客時，請由護理師評估病人是否適合解開約束，若會客時間結束需再次執行約束，請勿先離開床旁，視線應隨時注意管路安全，待護理師入內協助重新執行約束。
- (十一) 醫師與護理師在照護過程中會持續密切地評估您（病人）的狀況與約束之必要性，儘早解除身體約束。



### 參考資料

馬玉琴 (2019)·約束與鬆綁·志為護理-慈濟護理雜誌, 18 (3), 30-31。

陳佳德、劉碧茹、吳春瑢、吳倩宜 (2019)·以改良替代式約束手套降低病人身體約束事件發生率·健康管理學刊, 17 (1), 1-11。

劉美芳、高秀娥、陳玉萍、黃筱芳、鄭之勛、陳瑞儀 (2019)·運用多元策略降低病人身體約束事件發生率·台灣醫學, 23 (5), 640-648。https:// doi.org/10.6320/FJM.201909\_23(5).0010

Douglas, L., Donohue, G., & Morrissey, J.(2021). Patient Experience of Physical Restraint in the Acute Setting: A Systematic Review of the Qualitative Research Evidence. *Issues Ment Health Nurs.* 29,1-9.

### 護理指導評值：

#### ◎是非題

1. ( ) 執行身體約束期間，約束用具鬆緊度以能伸入 1-2 根手指為原則？
2. ( ) 約束很不舒服，會引起不安及反抗，所以可以隨時鬆開約束，以您（病人）放鬆減輕心理壓力？
3. ( ) 當家人協助您翻身或變換姿勢後，必須解開約束用具重新固定於適當位置？

#### ◎選擇題

4. ( ) 醫療人員於下列何種情況會進行身體約束？  
(1)意識混亂；(2)行為無法配合；(3)協助治療進行；(4)預防跌倒發生；(5)以上皆是。
5. ( ) 當您的家人被約束時應注意那些情況？  
(1)移除身上及周圍之危險物品，如項鍊、戒指、手錶、手環等；(2)避免壓迫點滴注射處、引流管；(3)約束帶應使用平結方法綁於床架；(4)以上皆是。
6. ( ) 約束帶鬆緊以能伸入 1-2 根手指為原則，若過緊會出現下列哪些症狀？  
(1)肢體蒼白；(2)冰冷；(3)麻木感；(4)以上皆是。

(答對 5-6 題 ⇨ 完全了解；答對 3-4 題 ⇨ 部分了解；答對 1-2 題 ⇨ 完全不瞭解)

1.(O) 2.(X) 3.(O) 4.(5) 5.(4) 6.(4)

三軍總醫院 護理部 編印

諮詢電話：(02)24633330