

臥床病人 身體清潔的照顧 護理指導



內科病房 製作

諮詢專線：(04)7113456#8791

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人

漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2021年03月

修訂日期：2026年06月(三版)

51500-單張-中文-011-03

對長期臥床的病人而言，保持身體清潔可以使病人感到舒適、減少感染、解除疲勞、促進血液循環及排泄通暢。

一、床上沐浴

1. 維護病人隱私，給予適當之保暖，選擇合適水溫(41-43°C)；若有高血壓或心臟病者，可調整至37-38°C；由最乾淨的部位清洗到最髒的部位。
2. 會陰部分泌物多且潮濕，容易使細菌生長，應每天給予清洗並保持乾燥。

二、床上洗頭

1. 維護病人的頭髮清潔、增進舒適、美觀及自尊，刺激頭部循環。
2. 維護隱私環境，注意眼睛及耳勿進水，溫水(41-43°C)沖洗至乾淨為止，以吹風機吹乾頭髮，需注意避免燙傷。

三、床上洗頭準備用物：



四、更衣

1. 如果皮膚比較乾燥的病人，可以在擦澡後，使用乳液塗抹身體，保持皮膚滋潤，改善皮膚脫屑的情形。
2. 如果病人為半邊行動不方便，或是打點滴者，在協助更衣時，應先脫健側衣袖，再脫患側；穿衣時則相反，先穿患側，再穿健側。

五、背部按摩

經由背部按摩可以使病人的肌肉放鬆，並促進血液循環；通常在沐浴後及睡前施行；每次按摩約4-6分鐘，按摩時使用乳液以減少摩擦。

六、口腔清潔

1. 當病人無法自行完成口腔清潔時，應協助完成口腔清潔，以防口腔及口內病變之產生；而且可以增加舒適感、預防細菌滋生。
2. 以口腔棉花棒沾口腔清潔溶液，或清水來清潔口腔內的各部位。
3. 舌苔過多時，以包覆紗布之壓舌板沾上來刮除乾淨。

七、大小便失禁處理

- 1.每次排便後協助使用溫水清潔皮膚，並擦乾。
- 2.每二小時協助病人翻身改變姿勢。
- 3.男性病人可用尿套或尿壺，但須定期檢查陰莖有無受壓，或皮膚受損之情形，以及尿套是否扭曲，或打結而影響尿液的排除
- 4.若包覆紙尿褲時，勿包裹太緊，以利通風；並可再墊一片看護墊，預防排泄物滲出及保持床墊的清潔乾爽。

八、身體清潔照護原則

- 1.注意水溫，溫度應該為用手背摸也不覺得燙的溫度。
- 2.清潔的順序：由上而下，由裡而外，由中心往周邊，由最乾淨的部位（例如：眼睛、臉）清洗到最髒的部位（例如：會陰、屁股），最後修剪指甲。
- 3.如果發現皮膚有傷口，要避開傷口；如果身上有打針或引流管的地方，要避開且不要用力拉扯。

- 4.進行身體清潔的過程中要給予適當的保暖。
- 5.在翻身擦後背時，要將對側床欄拉起做適當保護避免跌落。
- 6.注意身上管路長度，避免牽扯，以免管路滑脫。
- 7.飯前、飯後一小時內皆不宜進行沐浴，避免影響消化。



愛的小叮嚀

- 1.無照顧者之病人，跌倒風險為有照顧者之兩倍。當您照顧的病人是跌倒高風險或步態不穩者，請與病人溝通跌倒風險。
- 2.病人須隨時有人在旁照顧，進行翻身、沐浴更換尿片…等處置後，需隨手將床欄拉起，避免病人跌落。

自我評量(是非題)

- () 1.換尿片到一半，發現有物品沒拿，可以轉身去拿，不用拉起床欄。
- () 2.協助病人沐浴或換尿片時，須注意病人隱私，須拉上圍簾。

參考資料：

台北榮總護理部(2024)·加護中心病人身體清潔之方法·衛教單張。

題號	1	2
解答	X	0