



長期照顧（照顧服務、專業服務、交通接送服務、輔具服務及居家無障礙環境改善服務）給付及支付基準

BA10 翻身拍背 操作指引

衛生福利部

(委託中華民國護理師護士公會全國聯合會製作)

107 年度 BA10 翻身拍背之操作指引

■使用對象：照顧服務員

■服務對象：居家臥床個案

■目的

1. 協助個案改變臥姿，增進舒適。
2. 保持皮膚完整性，預防產生壓瘡。
3. 維持肌肉骨骼的完整性，預防變形。
4. 保持神經肌肉的完整性，避免周邊神經受到壓迫。
5. 維持心肺功能，並藉由改變姿勢及拍背產生震顫來幫助排除上呼吸道分泌物、促進血液循環，改善肺炎、支氣管炎、痰多之不適症狀。

■用物及設備：枕頭-數個、大浴巾或被單

■步驟及要點說明（舉例：協助個案由 平躺 → 左側臥）

步驟	要點說明
1. 洗手。 2. 確認個案身分。 3. 詢問個案是否有如廁的需要。 4. 向個案、家屬解釋執行之目的及過程。 5 準備用物。 6. 確定床之安定性。 7. 照顧服務員站在個案右側，並向個案移向床的右側。（要轉向的對側）（如圖 1）	3-1. 視需要協助個案如廁。 4-1. 確認並評估個案，以建立安全感，並取得合作。 5-1 視需要準備枕頭、大浴巾、被單。 6-1 視需要調整床高及固定輪子。 6-2 若有床欄時需拉起，預防個案跌落。 7-1 照顧服務員站於個案腰部位置。 7-2 考量翻身側臥時個案之安全性，移動個案時需面向照顧服務員身體近側移動，不可將個案向外推動。



(圖 1)

8. 將個案右手橫放在胸前，右腿屈曲放在左腿上。(如圖 2)



(圖 2)

9. 照顧服務員站到個案左側，雙腳前後分開，雙手置於個案右側肩胛部及髖部(如圖 5)。



(圖 5)

10. 照顧服務員背部保持平直，雙手將個案轉向左側。(如圖 7)

- 8-1 視需要可將個案左側的手臂上移至頭側並微屈曲(如圖 3)，或將個案雙手放在胸前，雙腿屈曲(如圖 4)，以助翻身。已攣縮的個案不可強硬擺置。



(圖 3)



(圖 4)

- 8-2 有床欄時拉起右側床欄。

- 9-1 需先觀察個案表情，了解有無不適，並讓個案看得見照顧服務員所作的一切，增加安全感。

- 9-2 有床欄時放下左側床欄。

- 9-3 若個案採雙腿屈曲姿勢，則照顧服務員雙手置於個案右側肩胛部及右膝處(如圖 6)。



(圖 6)

- 10-1 照顧服務員採弓箭步姿勢，將身體重心由前腳移向後腳，彎曲膝關節與髖關節，減少職業傷害。

- 10-2 需注意個案安全。



(圖 7)

11. 必要時，拉起床欄杆，讓個案面向照顧服務員。(如圖 8)



(圖 8)

12. 照顧服務員手呈杯狀(如圖 9)，掌面朝下，利用手腕關節自然活動彎曲的力量，扣擊背部。(如圖 10)



(圖 9)



(圖 10)

12-1 針對體型瘦弱個案，必要時以大浴巾或被單覆蓋背部，以減輕拍背時之不適。

12-2 每次拍背約 5-10 分鐘。

12-3 應避開脊柱，規律的由下背部往上拍打，勿來回拍擊，以免導致痰液往更深處移動。(如圖 11)



(圖 11)

13. 維持個案舒適的臥姿，將個案左肩稍拉(移)出來，避免下位的左肩受壓。 14. 保持個案床單平整、乾燥。 15. 洗手。	12-4 若案家備有拍痰杯或其他器材時，請先諮詢專業人員後使用。 13-1 如在個案的背部及兩腿間各置一枕，上側的腿微曲，托放在枕頭上，置一枕於個案胸前，支托手臂，背部以枕頭或毛毯捲一長條墊於背部。(如圖 12)  (圖 12)
---	--

■注意事項/特殊處理狀況

一、操作前

01. 照顧服務員應先評估個案是否適合執行翻身拍背。不適用翻身拍背對象有：(1)氣胸、血胸、皮下氣腫個案；(2)肺癌或癌症轉移至肋骨個案；(3)有出血或抽筋情形者；(4)顱內壓升高個案；(5)骨質疏鬆或有骨折傾向。如個案接受特殊手術、疾病或皮膚有異狀、傷口等特殊狀況，暫停執行，並回報派遣單位(如照管中心或A個管單位)或請諮詢醫護專業人員。
02. 長期臥床、中風或手術後無法自行翻身個案，應每兩小時翻身一次。
03. 翻身時間應選擇在進食前或進食後一小時，以進食前較佳；進食後避免翻身以免造成嘔吐，預防吸入性肺炎。
04. 翻身時應檢查骨突處是否出現紅腫、破皮，如果呈現潮紅，應避免再壓迫相同部位，並增加翻身次數。
06. 照顧服務員應避免戴手錶、手鍊等，避免刮傷個案。

二、 操作中

01. 翻身時應注意身上的引流管路，保持暢通並避免拉扯或滑脫。
02. 拍背時應避免拍打肩胛骨、脊椎、腎、肝臟處。
03. 協助拍背過程中，要留意個案是否有痰液，並鼓勵個案自行咳出。
04. 拍背時應注意個案的臉色是否蒼白、呼吸是否順暢，若有發紫、嘔吐、不停咳嗽，應先暫停，並清除口鼻分泌物。若執行過程中，個案有不適之情況，應立即停止。

三、 操作後

01. 個案的衣物及床單應保持平整。
02. 翻身後調整頭部位置，避免頸部屈曲或歪斜；可利用毛巾捲軸做適當的支撐，使頭頸呈一直線。
03. 必要時可使用氣墊床或乳膠製成的特殊床墊等輔助工具，減少壓瘡形成。



衛 生 福 利 部

MINISTRY OF HEALTH AND WELFARE

促 進 全 民 健 康 與 福 祉

