

104 年度護理創新競賽優良作品發表

「布」同凡響小小「冰」~溫柔「體貼」冰敷袋

一、發表者：

姓名：黃寶蓉

服務機構：國軍臺中總醫院

單位：洗腎室

其他參與者：林淑貞、詹菁菁

二、作品創意：

臨床上，我們經常聽到病人說：「護理師，你們用來冰敷的這個東西都會一直滑掉，我的手都不敢亂動!」「為什麼這個要用布包著?這樣就不夠冷啦!這樣有效嗎?可是如果我把布拿掉就變得太冰了，很不舒服。」透析病人在接受血液透析治療時，偶爾會因穿刺失敗而造成皮下血腫，此時需要給予立即性的冰敷以減低血腫發生的程度。

然而臨床上使用的冰敷用品不易固定於單一穿刺點，過低的溫度也常會讓病人感到不適；聽到病人心聲的我們，開始思考著如果能找到一個小巧輕便且易於固定的冰敷用品，是否能讓病人在使用時感到更加的舒適呢？

三、文獻查證及學理依據：

冷療可以降低組織的溫度，使血管收縮，減緩出血現象並減輕腫脹；護理研究亦證實了冷療法可以使創傷的程度降至最小、減輕疼痛、鎮靜以及降低全身體溫（王、王，2000；Curkovic, Vitulic, Babic-Naglic, & Durrigl, 1993；Roberts, 1995）。臨床護理工作中，冷敷的運用雖需醫囑執行，但護理可運用獨立功能，給予正確且適當之護理措施，以確保病人安全，促進病人舒適。臨床上冰敷的方式很多，如：在袋中放碎冰、冷凝包、化學冰封袋、冷水浴、冷凍劑填充囊、冰水、冰按摩及冰袋，但皆可達療效，以達成其生理性成果（陳、林、黃、石、陳、蔡，2008；Mariah & Ruth, 1998/2003；Michlovitz, 1996）。

四、創新及改良設計流程：

因市售的冰敷商品皆不合乎本單位臨床照護上的需求，為了讓透析病人得到更好護理，故我到更好護理，故我們決定自製冰敷袋；考量到成本及現有物品，我們採用夾鍊袋及替換式尿布來製作冰敷袋。我們使用 4 號夾鍊袋（約 $8.5 \times 13.5 \text{ cm}^3$ ），將吸飽水分的替換式尿布內之結晶物裝入夾鍊袋內，分別製作 80 gm、100 gm、120 gm 三種重量，放置於冰箱冷凍庫中，經過一天的時間再取出。發現經過冷凍後，三個夾鍊袋偏硬，無法順利服貼於手臂上，需費時退冰才能夠改變它的弧度，雖有退冰後不會漏水之優點，但不符合理想狀態。

再次討論後重新製作冰敷袋，改放置於冰箱冷藏室，同樣經過一天的時間再取出，三個冰敷袋皆可服貼於手臂上，且亦無漏水之情形，請同仁感受其冰

冷程度，皆可接受，同時還可以避免冰敷可能形成的冷傷害。而三種不同重量的冰敷袋，在同仁試用後，不論是弧度的調整，或是置於手臂上的感受，差異度皆不大，唯 80 gm 的冰敷袋體積較薄，故經討論後統一製作 100 gm 的冰敷袋。而冰敷袋的外包布，因考慮到長期使用，可能會沾血髒汙需清洗，固定的鬆緊帶可能會變鬆弛，因此決定製作冰敷袋專屬包布時，縫上套環，以供其拆卸更換。

五、專業適用性及推廣價值：

臨床上不單單針對血液透析病人的皮下血腫可以使用，也適用於一般需要小區域冰敷的病人。因其體積重量皆小巧，即使病人在冰敷的過程中亦不會影響其肢體的活動，可廣於被接受；如此價美物廉，又可隨著使用者的需求製作不同的尺寸大小，亦可反覆使用的冰敷袋，相當適合推廣於臨床使用。而這樣一個小小的巧思，不但滿足了病人的需求，同時也大大的提升了我們護理的服務品質與專業開創能力。

改良式冰敷袋之製作過程



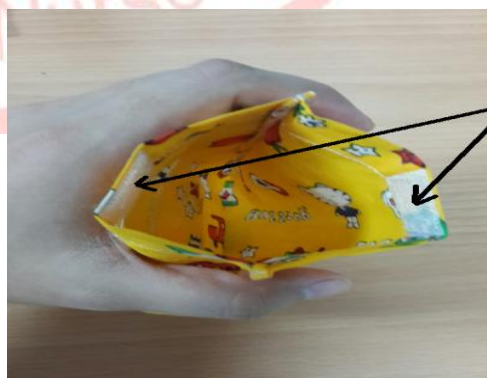
1. 準備所需用物：臉盆、替換式尿布、磅秤、小湯匙、4 號夾鏈袋 ($8.5 \times 13.5 \text{ cm}^3$)



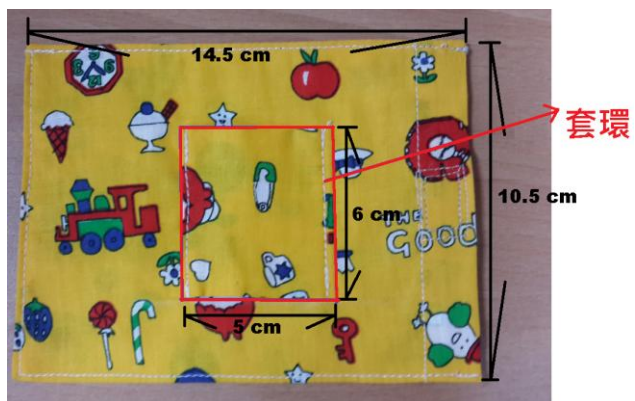
2. 臉盆裝入適量自來水，將替換式尿布放入臉盆吸飽水分



3. 撕開替換式尿布，用小湯匙挖取尿布內層之結晶體放置於夾鏈袋中，測量重量約 100gm 即可排氣密封夾鍊袋，放於冰箱冷藏室內



4. 裁剪適當大小的布並將其三邊縫密，僅留一邊開口，並縫上魔鬼氈以封口



5. 在包布的一側縫上套環



6. 將冷藏後的冰敷袋，裝入布套內，並用魔鬼氈封口



7. 將止血帶穿過包布的套環，完成改良式冰敷袋



8. 實際使用狀況