



褥瘡的居家照護

◎何謂褥瘡？

壓瘡俗稱「褥瘡」，是因身體皮膚及其下方軟組織長時間受到壓迫，阻礙局部血液供應，導致組織缺血、缺氧，造成組織損壞或死亡。

◎為何會發生褥瘡？

分成分力及組織耐受力兩大方面：

1. 壓力方面：指病人的移動力降低、知覺和感受力的改變，使其尋求協助或自行更換姿勢的管道受阻，致使組織長時間受到壓迫；2. 組織耐受力方面：分為內在及外在因素，內在因素——如營養不佳、年老、動脈壓減少。外在因素——指皮膚潮濕、磨擦力及剪力（拉扯皮下組織與血管），使得組織耐受力變差。

◎褥瘡嚴重程度有幾級？

人體組織由外而內為皮膚→筋膜→肌肉→骨骼，皮膚本身有三部分功能組合：由上到下分為表皮、真皮及皮下組織（主要是由脂肪細胞形成）。

一般來說，壓瘡分四個等級，第一級：皮膚尚未破損出現紅斑時，以指壓也不會消失；第二級：為一個淺淺開放潰瘍，傷口底部為紅或粉紅色，有時呈現水泡性傷口；第三級：表皮、真皮完全損失，深度可見皮下脂肪組織，甚至到達筋膜；第四級：全層皮膚損壞並已深及肌肉、骨頭或韌帶。

◎應如何預防褥瘡？

一、維持促進組織對壓力及損傷的耐受力：
1. 維持均衡的營養，若無疾病上的限制，可多補充蛋白質、維他命C；2. 使用中性的無香味的肥皂清潔皮膚，勿搓揉老化和脫屑的皮膚，清潔後塗抹薄層乳液，避免皮膚乾燥而致龜裂；3. 潮濕的皮膚利於微生物孳生，在病人大小便或流汗後，應隨時清洗潔淨並

◎如何居家照護褥瘡傷口

一、傷口換藥基本原則：1. 換藥前、後，用肥皂清洗雙手並拭乾；2. 撕下舊敷料，若有粘黏可先用溫開水或生理食鹽水沖濕再取下敷料，糖尿病或血液循環不良病人，在撕起膠布時，要格外小心，避免傷及皮膚；3. 觀察傷口的大小、顏色及分泌物的性質及有無異味等，並將變化紀錄下來；4. 褥瘡往往發生於長期臥床的病人，影響程度小則延緩癒癒甚至數月，大則引發敗血症、截肢或死亡。若能瞭解解壓瘡傷口形成原因，積極採取預防措施，可避免褥瘡及合併症發生，不僅維護病人身心靈健康，也可減輕家屬精神負擔及社會醫療成本支出。

（作者現任臺北榮總護理部護理師）

吸食K他命 小心尿布不離身



◎切莫輕忽其危害。

依據相關資料統計，K他命自九十五年起，已連續六年排名第一位，濫用藥物尿液檢出K他命陽性數，有逐年倍增的趨勢，且濫用族群以青少年為主，尤其在KTV、網咖、

已等場所被濫用。

根據醫學研究資料顯示，K他命屬中樞神經抑制劑，副作用包括心跳過速、血壓上升、震顫、肌肉緊張而呈強直性、陣攣性運動等，部分病人會出現不愉快的夢、意識模糊、幻覺、無理行為及胡言亂語，發生率約百分之十二。另研究顯示，吸食K他命，會罹患慢性間質性膀胱炎，產生頻尿、尿急、小便疼痛、血尿、下腹部疼痛等症狀，嚴重者甚至會出現尿量減少、水腫等腎功能不全的症狀。K他命藥效約可維持一小時，但影響吸食者感覺、協調及判斷力則可長達十六至二十四小時，並可產生噁心、嘔吐、複視、視覺模糊、影像扭曲、暫發性失憶及身體失去平衡等症狀，長期濫用會產生耐受性及心理依賴性，造成強迫性使用，且不易戒除。

食品藥物管理局已於食品藥物消費者知識服務網建置「反毒資源館」，提供諸多K他命濫用危害的資訊。如發現親友有K他命濫用問題，可就近尋求衛生署公告之藥癮戒治機構，尋求醫療專業人員協助，或電洽各地毒品危害防制中心（免付費專線0800-770-885）。（資料來源：衛生署食品藥物管理局）

一〇一年「榮民代表懇談會」問題與說明系列之三



◎榮民住院費用補助問題

一、傷口換藥基本原則：1. 換藥前、後，用肥皂清洗雙手並拭乾；2. 撕下舊敷料，若有粘黏可先用溫開水或生理食鹽水沖濕再取下敷料，糖尿病或血液循環不良病人，在撕起膠布時，要格外小心，避免傷及皮膚；3. 觀察傷口的大小、顏色及分泌物的性質及有無異味等，並將變化紀錄下來；4. 褥瘡往往發生於長期臥床的病人，影響程度小則延緩癒癒甚至數月，大則引發敗血症、截肢或死亡。若能瞭解解壓瘡傷口形成原因，積極採取預防措施，可避免褥瘡及合併症發生，不僅維護病人身心靈健康，也可減輕家屬精神負擔及社會醫療成本支出。

◎加強清寒榮民、遺眷三節慰問問題

問題四：建議增加清寒榮民、遺眷三節慰問金名額，擴大榮民、遺眷照顧層面。

◎加強查緝詐騙問題

問題六：建議有關單位加強詐騙案件查緝，並嚴厲取締，從重量刑。

◎第一處提供

問題五：生住院期間的病房費、伙食費、交通費等均不能申請急難救助金，須扣除在外。但生住院有時健保病房費，必需住自費病房，非已所願，且當下無法工作負擔沉重，建議住院期間的病房費、伙食費能納入申請，另交通費亦能酌予補助。

◎第一處提供

說明：急難救助金並非醫療補助。有關病房升等、自費醫療、伙食、交通等費用，均可以列為榮服處審核發給急難救助金。還須再依訪視受助人家屬實際有急難事實，各榮服處亦當主動協助申請相關社會救助。

◎第一處提供

說明：輔導會將於適當時機，繼續向立法院爭取調高相關預算，俾能擴大榮民（眷）、遺眷之生活照顧。

橙蜜香番茄達人~劉樹豪

圖·文：高雄市鳳山榮服處陳國璋



位於高雄美濃地區，擁有好山好水的一豪田園，在主人劉樹豪的細心照料下，吸引許多觀光人潮。

退役中校劉樹豪，軍旅生涯二十載，由於勤奮認真，逐步晉升，民國八十三年在中正預校擔任教

務處副處長時，因服役期滿解甲歸田；繼承父親田產的他，毅然投入農務勤耕的鄉村生活，如今的他，是榮民，也是農民。

由於自小跟隨父親下田耕作，劉樹豪對於務農也產生興趣，從前家中種植的農作物僅能養家糊口，這讓他下定決心致力於農業，創造經濟利益。他首先在自家田地種植澎湖絲瓜，歷時三年，絲瓜的經濟價值逐年下降，無法達到預期的經濟利益。幾經苦思與考察，劉樹豪認為，美濃地區除了種植菸葉外，應朝向有益身心健康的農產品進行研發及生產，另結合品種改良及精緻化的脈動，如此方能開創契機。於是，他選擇種植富含多種維生素、具抗氧化等效果的「水果中的寶石」——番茄，從此開始他的人生第二春。

劉樹豪深刻體會到，軍中的業務有教案、指導及標準作業流程，只要使命下達，認真執行，即可完成任務；但務農卻大不相同，不僅必須勤奮耕耘，還要看老天爺的臉色。此外，如何和其他人在同樣的環境下，種植相同的農作物，又要使自家作物與眾不同、脫穎而出，更是一個難題，只能憑著在軍中砥礪出來的耐心與勤奮，細心觀察培育，並克服大自然氣候的千變萬化，才能圓滿豐收。

如今，劉樹豪以溫室栽培及棚架栽培的方式，雙管齊下，成功量產「玉女」、「橙蜜香」、「紅新娘」等三項改良番茄品種，番茄甜度約十度左右，其栽種面積亦隨之拓展至五分農田，每分地約產三、四千台斤以上的產量。除了開創嶄新的人生職業外，劉樹豪更聘請當地的榮民眷幫助採收，創造就業機會。

卡內基曾說：「整個生命就是一場冒險，走得最遠的人，常是願意去做，並願意去冒險的人。」劉樹豪結束軍旅生涯後，不但沒有停止腳步，也不曾向時代及環境屈服，反而不斷地接受挑戰，充分發揮不屈不撓的軍人本質，確立了理想與目標之後，在精緻農業的領域裡，力求發展與創新，如今終於底於成。

劉樹豪說，他每天最快樂的事，就是推著推車採收這些有如小寶石一般的橙蜜香番茄，番茄為他帶來的不僅是經濟價值，更是一種成就感。他誠摯地邀請大夥們在暢遊美濃之際，不妨親臨劉樹豪田園作客，體驗親自採摘番茄的樂趣。在此也讓我們為這位創業有成的榮民弟兄——番茄達人，給予掌聲及喝采。

拜會大專院校 加強聯繫合作

（本刊訊）輔導會為協助榮民順利就學，日前前往南部地區各大專院校拜會，除邀請各學校參與鄰近榮服處榮民普進修訓練之職類班次投標，並希望各校能提供較具就業潛力之就學名額，以鼓勵榮民持續進修。

屏東縣榮服處處長史浩誠偕第三處科長蕭振嘉等，拜會國立屏東科技大學進修推廣部主任謝啟萬及推廣教育組組長陳秀足；臺南市榮服處副處長夏學綱偕蕭振嘉等，拜會長榮大學學務長卓春英；第三處副處長宋宜敏偕同相關人員拜會正修科技大學副校長游步平（右二）。

輔導會表示，希望透過雙方的合作，借重學校的師資及場地的培訓榮民普進修專業技能，俾提升榮民基本學識及工作技能，進而增加職場競爭力。

臺南市榮服處 宣導就學措施 鼓勵榮民進修

（臺南訊）臺南市榮服處日前舉辦一〇二年度「輔導榮民就學宣導說明會」，輔導會第三處除於會中宣導榮民就學措施、進修補助及參加國家考試之補助規定外，並針對榮民提問加以解答，與會榮民咸感獲益良多。

此次說明會共三十七名有意就學榮民參加，由榮服處副處長夏學綱主持，會中邀請南台科技大學進修部主任吳宗霖，就多元入學管道及目前就業市場具發展潛力的熱門科系加以說明，他並分享個人求學經歷，強調適時提升學歷與專長，對個人職業發展的重要性；與會榮民熱烈發言，對輔導會之用心表達肯定。

輔導會訓練中心——訓練班次報名踴躍 入學測驗篩選學員

輔導會訓練中心開辦一〇二年上半年度第一梯次日間養成訓練班，報名初審合格者四九三人，該中心於日前舉辦入學測驗，以嚴格篩選學員，錄取率約百分之五十七點五，競爭非常激烈。

（圖·文：張長茂）



輔導會第三處副處長宋宜敏（前排中）偕同仁拜會正修科技大學副校長游步平（右二）。



臺南市榮服處副處長夏學綱（致詞者）主持輔導榮民就學宣導說明會。（呂勻琦提供）

您想就業嗎？請來榮服處，我們協助您。

輔導會就業服務網：<http://www.vac.gov.tw/vac/iprodra.asp>