



痔瘡的居家照護

何謂痔瘡？

壓瘡俗稱「痔瘡」，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，造成組織損壞或死亡。

為何會發生痔瘡？

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。

痔瘡嚴重程度有幾級？

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：全層皮膚缺損並已深及肌肉、骨頭或韌帶。

應如何預防痔瘡？

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

常玉琴

保持乾燥。
二、保護組織使免於外界的損傷：

1. 保持床單、衣物平整，使用海棉、乳膠、空氣或水做成特殊床墊，可分散或減輕壓力；2. 每一至二小時替病人更換姿位，轉換姿勢時避免拉扯衣服，可使用輔助性裝置，如翻身單、吊架及移位滑板；3. 對採半坐臥式的病人，床頭搖高應低於三十度（鼻胃管灌食後三十分鐘及因疾病需要，需抬高床頭除外），以減少身體下滑造成尾骨處的壓力。

如何居家照護痔瘡傷口

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，若有沾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.

用棉棒沾溫開水或生理食鹽水，由傷口的中心以螺旋狀方式，由內向外塗擦，重複清潔至傷口乾淨無附著物；5. 視傷口情形與使用敷料種類決定換藥次數，當傷口有滲液或紗布潮濕大於面積三分之二時則必須更換。

注意事項：

1. 避免以雙氧水、碘酒、醋酸等刺激液消毒傷口，破壞健康細胞，影響傷口癒合；2. 傷口如有裂開、流血不止、紅、腫、熱、痛、化膿、發臭或變黑等情形，請儘速回診或與居家護理人員聯絡。

痔瘡往往發生於長期臥床的病人，影響程度小則拖延數週甚至數月，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，可避免瘡瘍及合併症發生，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



反毒資訊

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、

有部分年輕朋友受到同儕影響，誤以為K他命（Ketamine，愜他命）不會有危害，衛生署食品藥物管理局提醒您，雖然在短期內吸食K他命後，感覺不出其對身體的危害性，但卻已漸進式地造成影響腦部智力、膀胱萎縮等永久性的身體傷害。

食品藥物管理局指出，一旦吸食K他命後，造成膀胱功能受損，膀胱容量變小、頻尿、小便量變少，使得一般老年人才易有的頻尿情形提早產生，嚴重時會使膀胱壁纖維化、變厚，導致不可逆性的後遺症，甚至須進行膀胱重建手術，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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

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、

一〇一年「榮民代表懇談會」問題與說明系列之三

◎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。

說明：

一、輔導會為擴大服務照顧對象，每年雖極力爭取增加預算，但受限於國家財政狀況，增加預算實有困難。

二、惟對於生活貧困榮民（眷）、遺眷之服務照顧，輔導會仍於預算內編列相關經費予以補助（如三節慰問、急難救助、子女就學補助等），且各榮服處均主動依社會救助法、老人福利法等規定，協助榮民（眷）、遺眷向地方政府辦理馬關懷急難救助、低收入戶、中低收入老人生活津貼等相關社會救助，或轉介地方政府協助各項生活照顧事宜。

三、輔導會仍將於適當時機，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。



與民有約

◎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。

說明：

一、輔導會於九十六年一月十五日修正服務機構「防騙專案小組」及榮民防騙工作計畫，函頒各服務機構加強防騙作為，並定期通報或函知各榮服處，防範歹徒詐騙新資訊與因應措施，以確保榮民財產安全。

二、輔導會將於適當時機向相關單位反映，建議加強防騙案件查緝，嚴厲取締，從重量刑。

三、輔導會將於適當時機向相關單位反映，建議加強防騙案件查緝，嚴厲取締，從重量刑。

四、輔導會將於適當時機向相關單位反映，建議加強防騙案件查緝，嚴厲取締，從重量刑。

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

（第一處提供）

橙蜜香番茄達人~劉樹豪

圖·文：高雄市鳳山榮服處陳國璋



創業有成



高雄市長劉樹豪（左）探訪榮民劉樹豪，對其創業有成表達敬意。

位於高雄美濃地區，擁有好山好水的一豪美田園，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，每分地約達三、四千台斤以上的產量。除了開創嶄新的人生職——番茄達人，給予掌聲及喝采。

拜會大專院校 加強聯繫合作

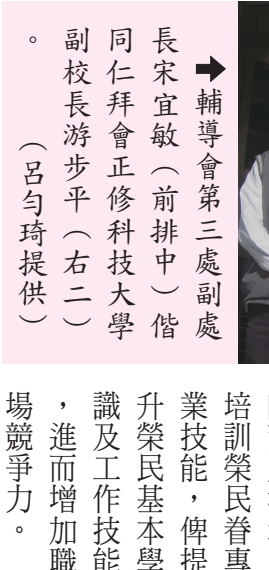
（本刊訊）輔導會為協助榮民順利就業，日前前往南部地區各大專院校拜會，除邀請各學校參與鄰近榮服處榮民普進修訓練之職類班次投標，並希望各校能提供較具就業潛力之就學名額，以鼓勵榮民持續進修。

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，及該校進修學院、進修部教務組組長等。

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。

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）。

（呂勻琦提供）



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）

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/ipredra.asp>