



國科會專案計畫



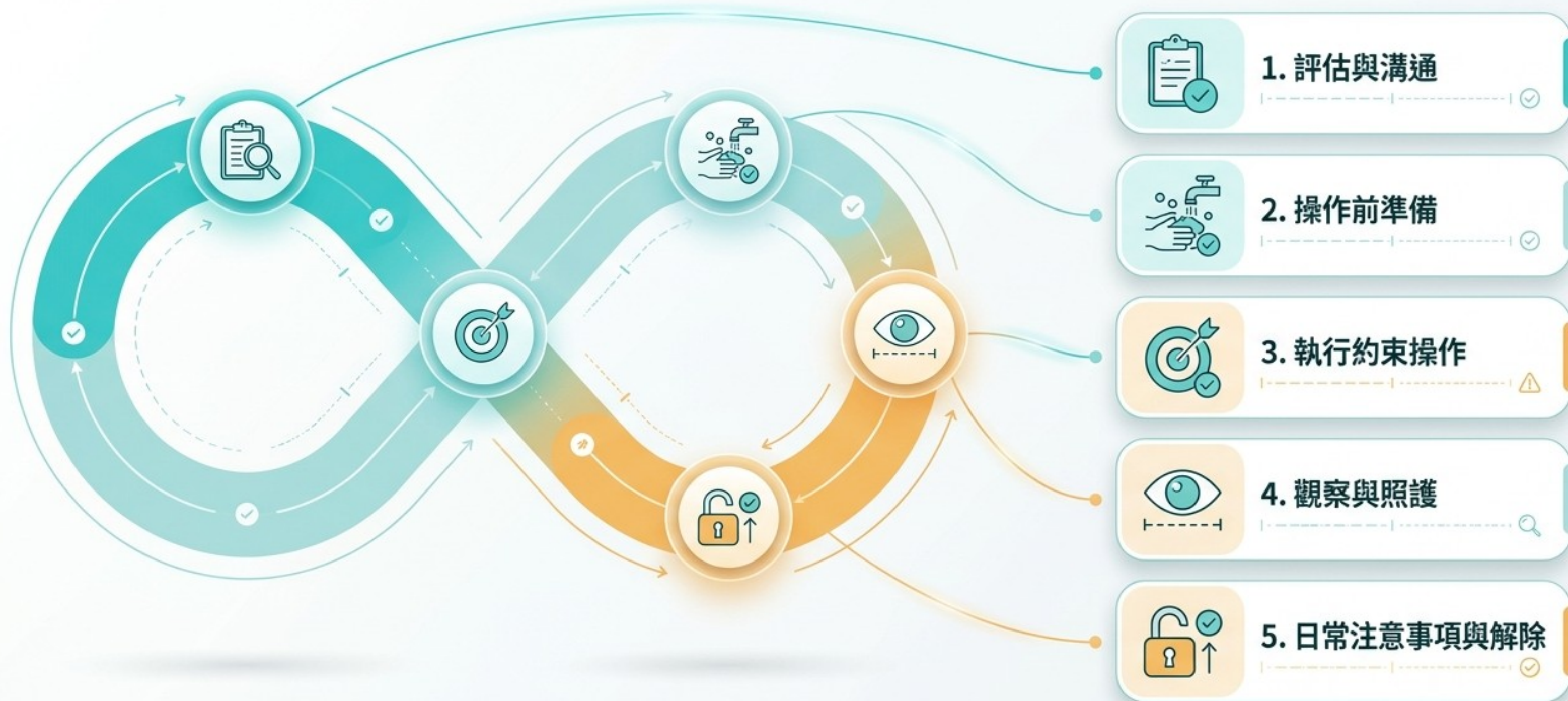
外籍照護員訓練專用

長者安全防護指南：約束帶使用五階段

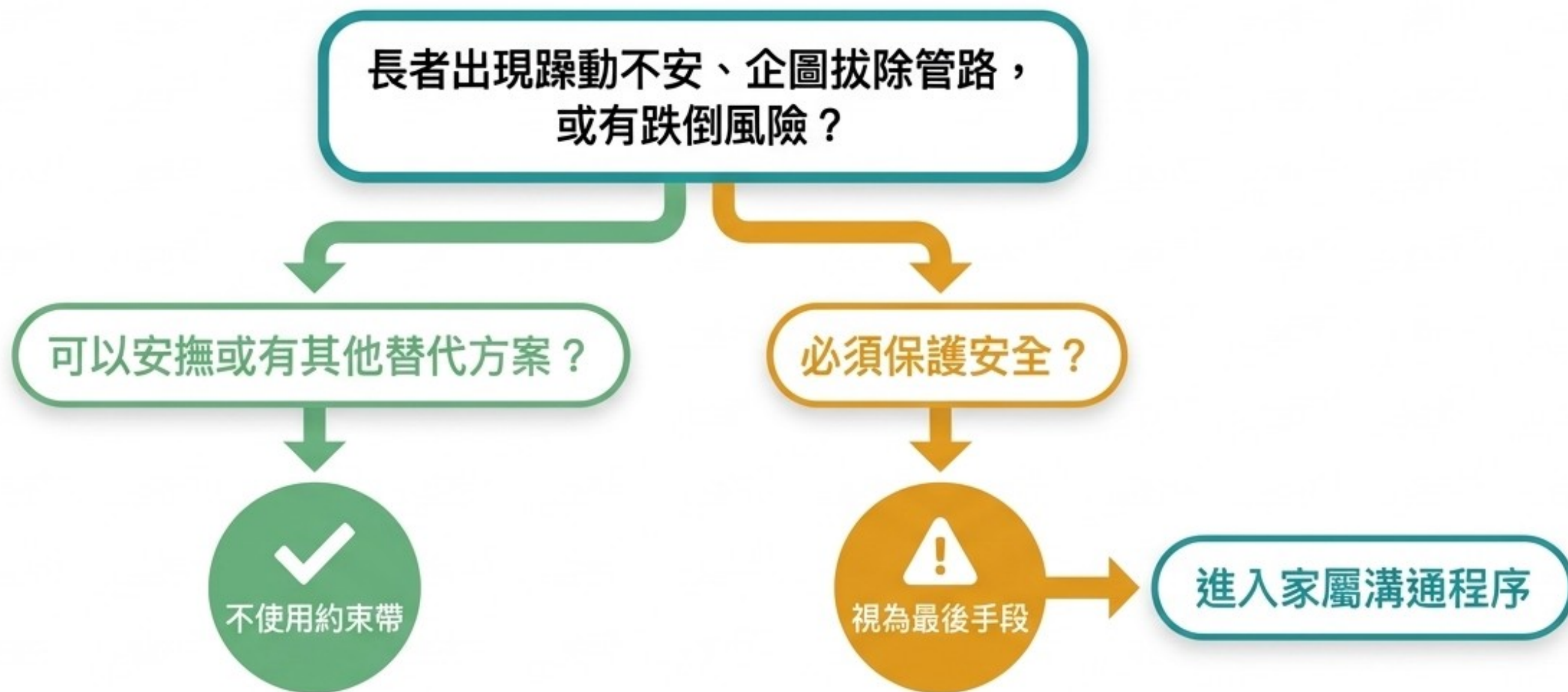
線上學習與實務複習模組



照護員的五大關鍵步驟



第一階段：啟動約束的決策



約束永遠是保護安全的最後防線

取得同意與說明清單

執行前，必須取得家屬同意並清楚說明以下四點：

數位同意書

本級位經認定護理同意書，可以及筋綫約束帶，與齊臨得醫生說明完成。

病人資訊

病人 家屬

隸號

家屬資訊

病人 家屬

簽名完成

Signatur

簽名完成

- ✓ 原因 - 為何需要使用約束帶？
- ✓ 方式 - 將採取哪一種約束方式？
- ✓ 風險 - 可能造成的傷害與不適。
- ✓ 條件 - 在什麼情況下會解除約束？
- ↻ 隨時評估長者狀況，確認是否需要解除。

第二階段：操作前「三不一要」準備



守護隱私 - 操作前務必拉上布簾。



維持清潔 - 照顧者需確實進行手部清潔。

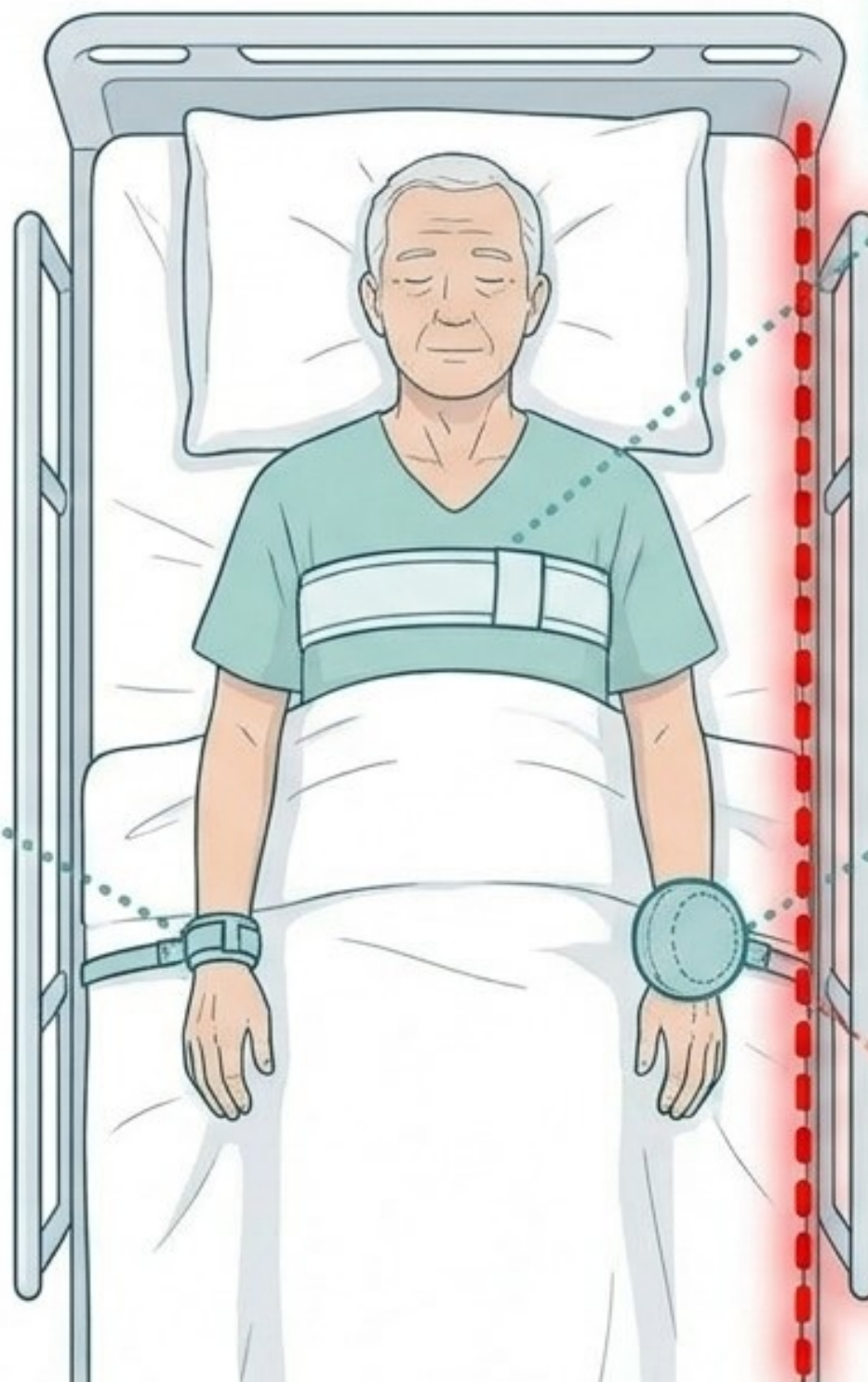


避免壓傷 - 移除長者身上的飾品（如手錶）。



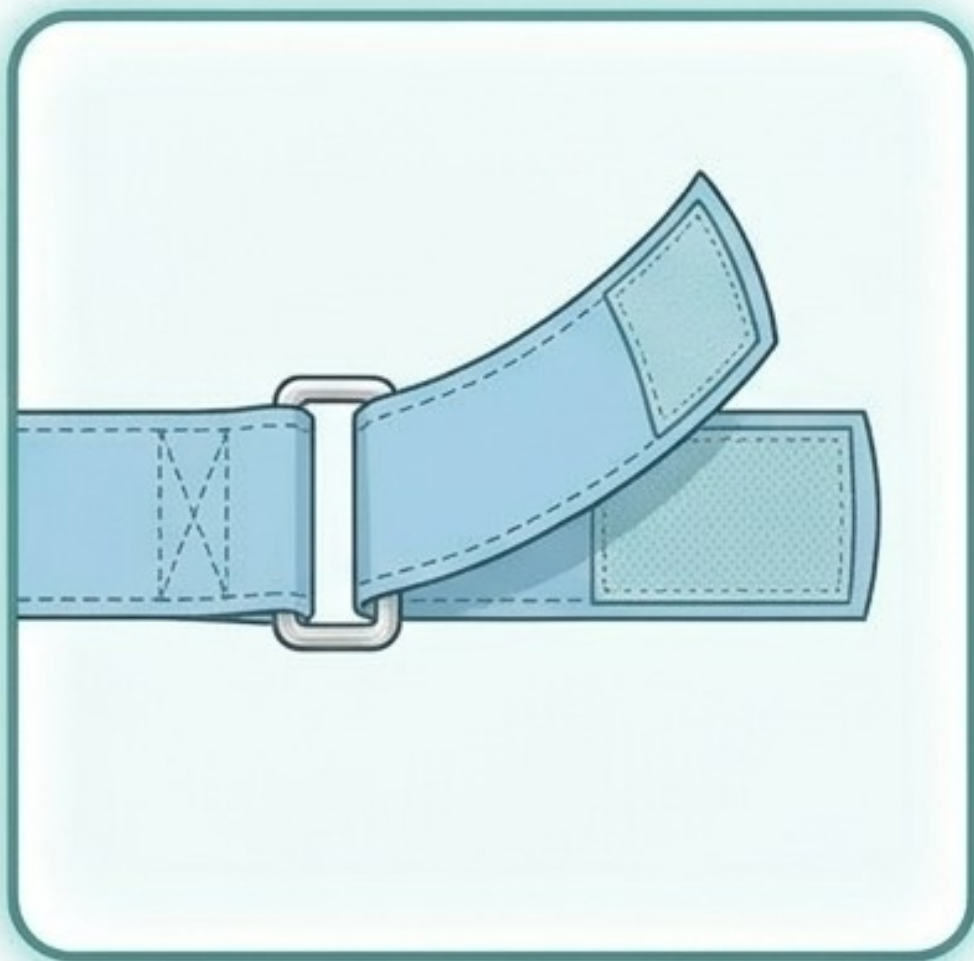
安撫與姿勢 - 安撫情緒，並協助採取舒適的姿勢。

第三階段：三大約束部位與固定點



📍 唯一固定點：床板間隙
所有帶子皆固定於此，**絕對不可綁在活動床欄上！**

實務操作：腕部／踝部約束



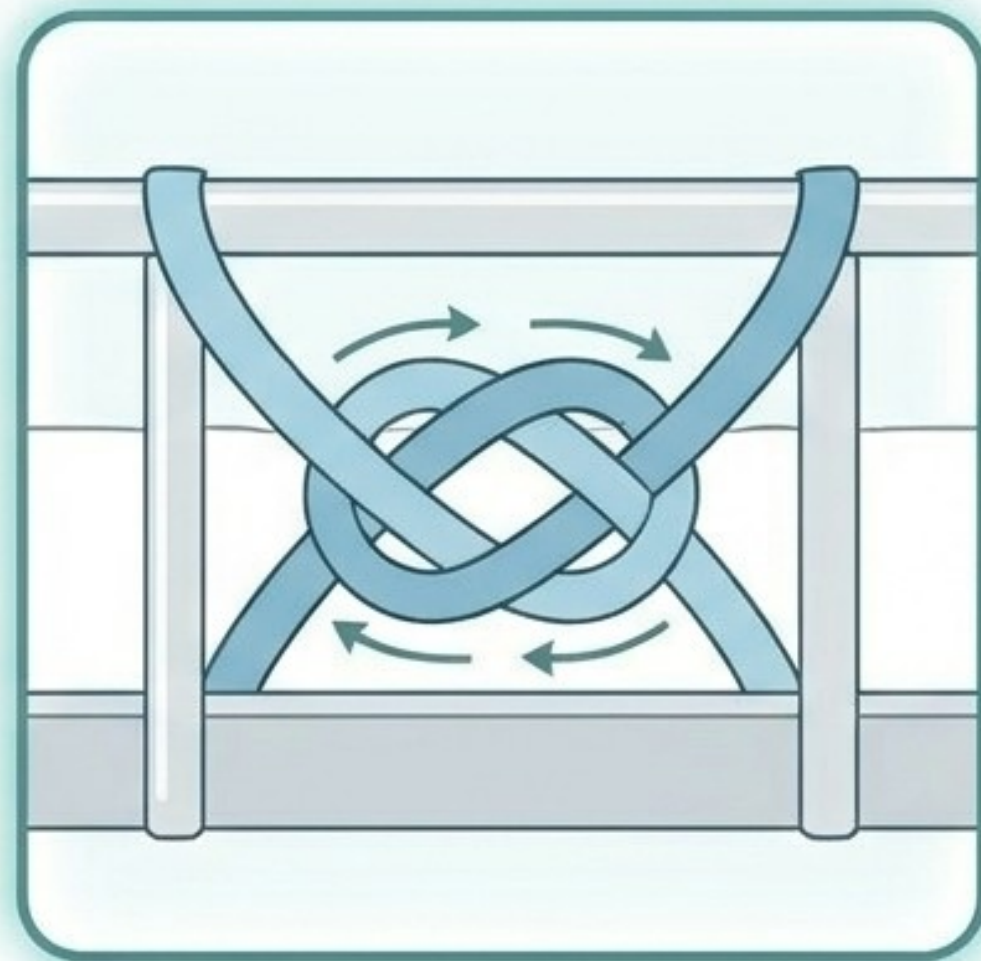
1. 穿環反折

黏扣帶穿過第二鐵環後反折黏住。



2. 測量鬆緊

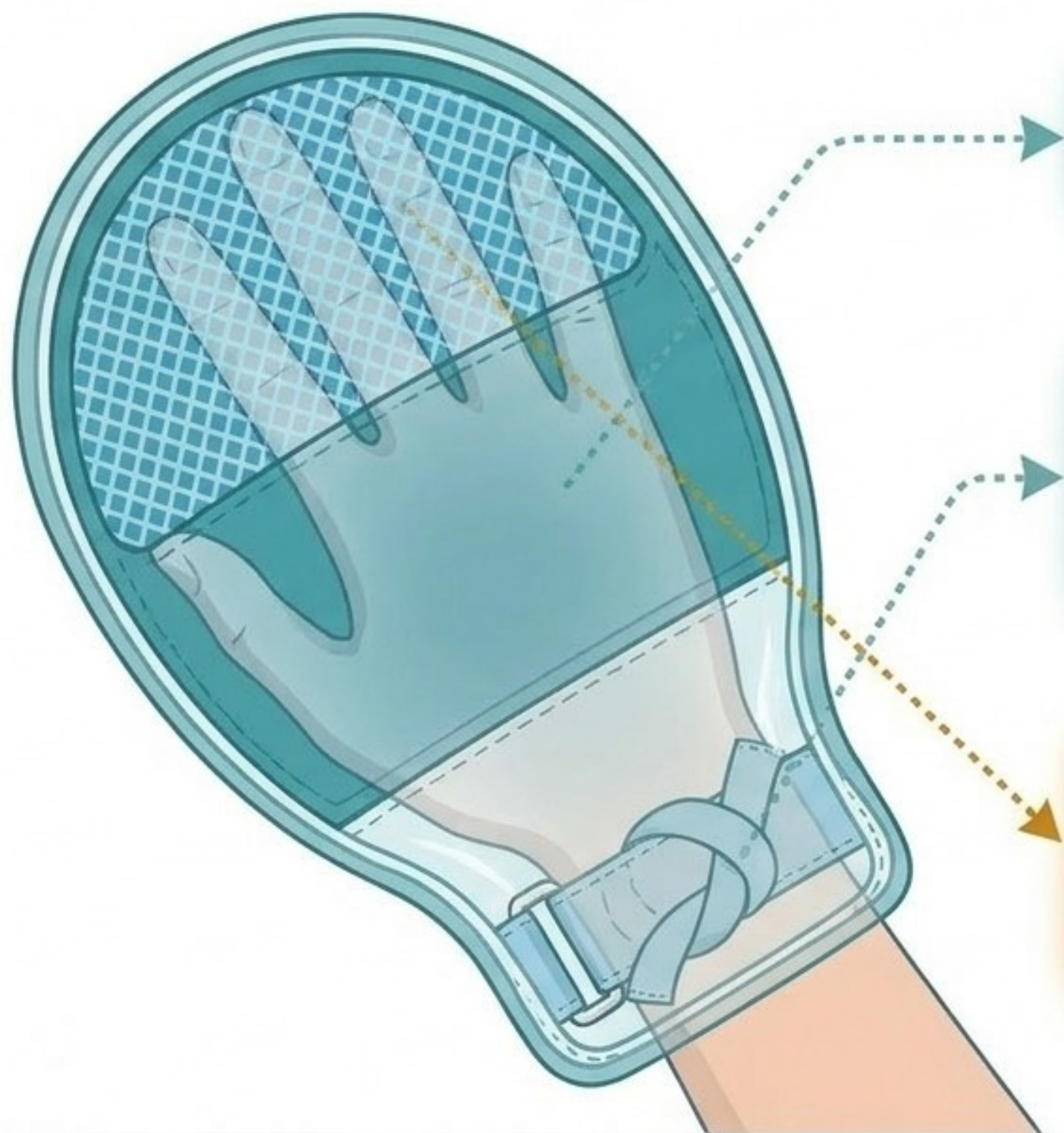
必須保留可伸入「一至兩指」的空間。



3. 平結固定

兩側帶子相反繞行一圈後打「平結」固定於床板間隙。

實務操作：乒乓球拍約束



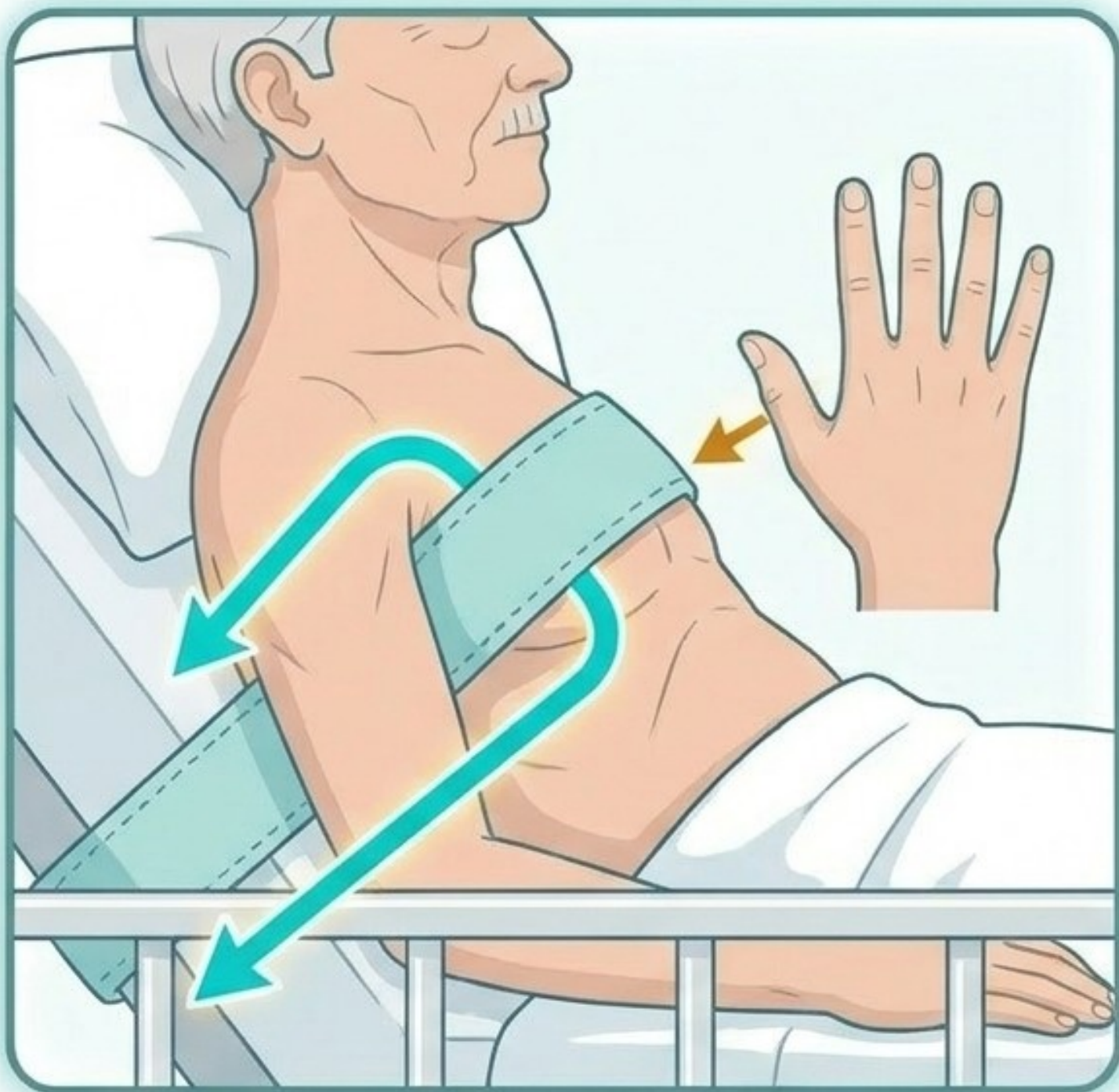
手心朝向墊板，平放深入手套中。

固定帶穿過手套鐵環後，於手腕處打「平結」。維持「一至兩指」鬆緊度。



透過網套觀察手指顏色與血液循環是否正常。末端固定於床板間隙。

實務操作：胸前保護性約束



兩端從腋下繞下，固定於床板間隙。

鬆緊度以能伸入「一個手掌」為主。



絕對禁止

- 不可影響呼吸起伏！
- 不可摩擦腋下皮膚！

快速複習：約束規格對照表

約束類型	鬆緊度標準	打結方式	重點觀察部位
腕部 / 踝部	 一至兩指	平結	血液循環
乒乓球拍	 一至兩指	平結	手指顏色 (透過網套)
胸前	 一個手掌	固定於床板	呼吸起伏 / 腋下皮膚

第四階段：約束後的「全方位照護」

呼叫鈴與教學

務必將呼叫鈴放在長輩手邊，並教導使用。

巡視與陪伴

定時巡視，主動探視（如拍拍肩膀給予安全感）。

生理需求

隨時協助長輩解決喝水或翻身等需求。



第五階段：日常照護三大黃金守則



時時測量

整個照護過程中，約束應保持適當的鬆緊度。



緊盯膚況

密切注意長者的皮膚狀況，檢查是否紅腫或缺血。



適時解除

狀況允許時，立刻適時解除約束。

終極目標：走向零約束



約束是為了暫時的安全，解除約束才是我們最終的照護目標。
隨時評估，用心陪伴。

✓ 完成學習模組

國科會線上學習計畫 關心您