

骨折後的副木應用

新竹馬偕紀念醫院

地址：

30071 新竹市光復路二段 690 號

電話：

03-5166868，03-6119595

電子郵件：

hcservice@mmh.org.tw

修訂: 2024/10/03

復健科

- 健康諮詢專線：03-5745098
週一～週五 上午 9:00~12:00
下午 14:00~17:00
週六至中午 12:00，
例假日休息
- 語音掛號電話：03-5166516
- 人工掛號電話：03-6118866
週一～週五上午 8:00~17:00
週六上午 8:00~12:00



新竹馬偕紀念醫院

Mackay Memorial Hospital, Hsinchu

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利

新竹馬偕醫院復健科 職能治療師 鄭婉庭

臨床上的骨折可依是否完全斷裂、斷裂的方向、斷面是否完整、有無開放性傷口等，區分為數種不同的類型。醫師也會根據不同的嚴重程度，給予不同的治療處置及建議，而預後也不盡相同。

不論骨折後是否有接受手術，在骨折初期大多需要固定，以避免骨折部位產生移位，影響後續骨頭癒合的狀況。目前骨科醫師大多使用石膏粉加上繃帶進行固定，雖然已較傳統石膏輕便，但仍有一定的重量且不夠透氣。每次換藥後也都需要重新纏繞繃帶，使用上較為不便。因此，若想要更換成更為透氣、輕便的材質，可以在回診時詢問醫師，是否轉介至復健科製作副木。

副木是一種低溫熱塑性材質，浸泡在 65°C 以上的熱水中便會軟化，可貼合患部進行塑形，待其冷卻後便會硬化定型。一般常見的副木材質大多有打洞，可增加穿戴時的透氣性；整體重量也較石膏粉石膏輕；且使用魔鬼氈進行固定，在穿脫上較為便利。針對不同骨折的嚴重程度，骨科醫師會建議不同的穿戴時間，一般多為 3 周以上，且大多需要 24 小時穿戴，詳細狀況因人而異，若有疑問可與骨科醫師再溝通。

在家自行穿脫副木時，須注意以下原則：

1. 先依副木的形狀貼合患部，並將魔鬼氈順著皮膚貼牢，勿使魔鬼氈過度壓迫肌膚，容易造成壓痕及影響血液循環。
2. 檢查鬆緊度時，以「不滑動」為原則，可將副木輕輕地往上下左右推動，若沒出現滑動，則表示鬆緊度適中。
3. 脫下副木時，可檢查是否有壓痕。若有發現壓痕，可觀察脫下 20-40 分鐘後是否慢慢消退，如果未見改善，可至復健科請職能治療師協助修改、調整。
4. 若副木有髒汙，可使用清水擦拭，或使用酒精搭配濕紙巾擦拭。
5. 因為副木為低溫熱塑材質，因此須注意不要長時間放置車上曬太陽，或者接近高溫熱源。若不小心沾溼，擦乾並晾乾即可，勿使用吹風機直吹。

當關節大量減少活動達 2-3 周以上，關節會逐漸變得緊繃、僵硬，造成活動角度受限。因此在骨折初期，仍需要長時間穿戴副木時，建議可多伸展、活動患部附近未固定的關節。若不確定如何執行關節活動，可在製作副木時向治療師詢問，或是掛復健科門診諮詢。

等骨科醫師評估不需穿戴副木，且可以開始活動患部後，需盡快並確實地執行關節活動，否則可能導致部分關節角度受限。若不確定活動的力道是否恰當、活動的角度是否確實，或者過於疼痛無法下手，可以掛復健科門診並轉介治療師進行復健。

~如需轉載本篇文章或有任何疑問，請洽馬偕紀念醫院復健科~

~新竹馬偕紀念醫院 關心您的健康~