

頸圈使用的衛教

●目的：

為疑似頭頸部受傷病人固定頸椎；防止頸部向前屈曲或過度伸展，避免進一步損傷。

為頸椎手術病人提供固定，避免拉扯，以促進癒合。

●適用情形：

1. 車禍外傷、跌倒，或長期姿勢不良使得頸椎過度屈曲或伸展造成頸椎骨折。
2. 頸椎手術後。
3. 頸椎病變，如退化性關節炎。

●注意事項：

1. 使用頸圈時間的長短，視情

況由醫師決定，一般約三個月～六個月。

2. 睡眠時，視病情決定需戴頸圈與否。原則上以頸椎嚴重的患者需要戴，以免姿勢改變造成神經組織的損傷。
3. 頸圈需選取適當的號碼尺寸，不可過緊，當戴上頸圈時可伸進兩個手指為主。
4. 清潔按摩頸部皮膚，保持乾爽，如有壓迫疼痛的部位可以使用小棉墊，減輕壓迫。
5. 去除頸圈時應採漸進式，前兩週若需駕駛、跑步運動時，最好戴著頸圈，以免發生危險。

●頸圈使用步驟：

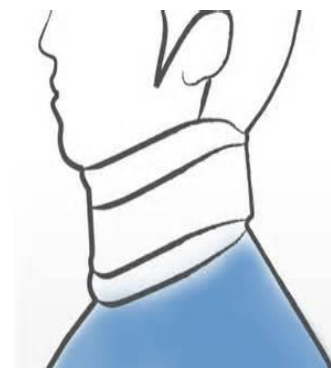
1. 搖平床頭，協助病人平躺。
2. 頭墊軟枕，有助於頸椎與身體排列成一直線，避免穿戴頸圈時壓力不均，維持頭部於功能性姿勢。
3. 將透氣棉製護套套上頸圈，護套需平整，不推擠出皺摺，以免產生受壓點。
4. 將頸圈打開，其杯狀下凹處置於病人下頰處，下緣則靠在鎖骨內側上方，骨突壓迫處可以棉墊加強保護。
5. 利用帶子或頸圈之自黏膠帶將頸圈鬆緊度調妥。
6. 視醫囑及病人之情形，協助床上直線翻身或下床。
7. 教導正確床上翻身或下床：平躺床上，戴妥頸圈後側翻

- 。
8. 兩手屈曲，壓在側翻處床沿，以床為支點，用力伸直，將上半身支撐起來，坐在床緣(若有人在旁協助坐起，可使病人省力)。
 9. 坐起後，若無不適或頭暈現象，才可下床活動。
 10. 病人若須長期穿戴，則請病人回覆示教此項技術之重點，提醒病人在戴上頸圈頸部仍需避免用力扭轉及劇烈運動。

參考資料：
林貴滿等著(2007)·內外科護理技術
(pp. 372~375)·台北：華杏

制訂日期：2014年05月
修訂日期：2016年12月

頸圈使用的衛教



門診製作

諮詢專線：

(05)5871111 轉 2133

59560-P-C-068-02



雲林基督教醫院

YUNLIN CHRISTIAN HOSPITAL

648-66 雲林縣西螺鎮市場南路375號

「頸圈使用的衛教」指導單張	指導者	病人/家屬 簽名