長期臥床病患，垂足板不可少

文/職能治療室 李勇璋 職能治療師

很多中風、腦外傷或脊椎損傷患者，常由於肢體癱瘓及動作缺失或意識不清等因素，不得不長期臥床，此時肢體擺位就非常重要，尤其是足部的擺位，因為地心引力會將腳盤往下拉，時間一久若加上未從事被動關節運動的話，造成踝關節的僵硬，小腿肌也會因長時間處於縮短狀態而使雙腳往下拉



圖一：長期臥床病患小腿肌因長時間處於縮短的狀態而使雙腳往下拉而定型

而定型（如圖一），難以拉開。另外若有些病人有不正常張力，更會讓這種情況雪上加霜。這種關節的僵硬變形甚至內翻的狀況，在復健期時，往往要花很多心力才能矯正回來。

所以發病後，若預期病人會長期臥床，應即早對足部擺位作好預防的工作。一般的作法可以在床尾擺放棉被或紙箱，讓踝關節置於90度的位置，或將身體下移讓腳抵在床尾的板子上，即可達到效果。但礙於身材或其他擺位的考量，在復健醫療的作法上是用副木材料在病患腳上做垂足板來作預防的工作。

本院職能治療部門提供病患這項服務。我們將副木材料軟化後以特殊手法，依病患的腳型做出獨一無二的個人專屬垂足板（如圖二)。這種垂足板的優點是量身訂作，壓力分散，不會有壓力點產生（若有壓力點，穿久易生壓瘡），又能把踝關節維持在90度，且穿脫方便，容易清潔，大大降低照顧者的負擔，也預防足踝的變形。目前本院提供的垂足板是健保給付的，由本院的職能治療部門製作，歡迎有需要的朋友多加利用！詳細情況也可向院職能治療諮詢，電話是04-24749595轉33106。



圖二：本院的職能治療部門依病患的腳型做出獨一無二的個人專屬垂足板