

十字贴布主要功效, 贴布特征, 贴扎原则与基本技巧

by 高国峯 医师 & 林仲宇 医师

一、主要功效

1. 进行十字贴布贴扎治疗

- a. 纵向贴布限制活动 (护具与辅具)
- b. 横向贴布加压 (弹绷)

2. 吸附 NSAID or 中药 (肌乐) 等喷剂再缓慢释出的新载体

- a. 加速并延长药物吸收时间 (投予时马上开始, 可延长到二个钟头)
- b. 减少口服消炎止痛药导致胃部不适的副作用
- c. 减少药物投予之总量, 降低肝、肾的负担
- d. 自行决定投药时间, 可依需要随时投药 (即 Tid or Qid 之经贴布给药)

二、贴布特征

1. 纵向无延展设计

- a. 提供优异韧带保护能力：将无延展性之贴布贴附于关节之非活动面，可由贴布之张力保护韧带，并由贴布贴附之皮肤实时感知可能造成韧带扭伤的本体感觉，以有效保护韧带，防止其扭伤或断裂。
- b. 容易调整受力区域：藉由附着区与受力区之贴扎分布，可轻易将力量集中于需要受力之区域。

2. 纵向条状无胶区

- a. 提供优异关节活动能力：因为有纵向条状无胶区之存在，一条宽面贴布于皮肤之贴附，可视为数条窄长贴布于皮肤之贴附；条状无胶区可让各条状无胶区相互靠近或远离，藉以提供优异之关节活动能力。
- b. 减轻皮肤负担：避免横向剪力，减少皮肤负担，避免皮肤发炎。
- c. 易于撕除：型成贴布端口之无胶缺口，易于贴布撕除。

3. 断面可延展设计

- a. 提供优异关节活动能力：关节活动面藉由可延展设计可自由活动，藉以提供优异之关节活动能力。
- b. 减轻皮肤负担：避免横向剪力，减少皮肤负担，避免皮肤发炎。

4. 黏胶安全强度设计

- a. 避免皮肤伤害：超过安全强度设计之剪力会让黏胶滑脱，避免皮肤因受力过大而受损 (贴布于撕除时有残胶为此设计之正常现象)。

- b. 避免血液循环障碍：黏胶仅能黏着于皮肤，无法再黏附于贴布，避免因为贴布二端口相互黏着成封闭圆环，所造成肢体腔室症候群之血液循环障碍。

5. 透气耐湿材质

- a. 耐汗耐湿：不怕流汗且不怕湿（但不宜浸泡水中）。
- b. 可吸附喷剂或液状药剂：不会弄脏衣服，可准确涂布喷剂或液状药剂，减少身体之药剂吸收总量，减轻身体负担，并藉以让皮肤缓慢吸收，更可于需要时随时补充喷剂或液状药剂于贴布上。

三、贴扎原则

1. 纵向贴布：活动限制
2. 横向贴布：加压

四、基本技巧

1. 三段贴扎技巧

- a. 第一段贴扎（附着区）：将第一段贴布与皮肤贴实，不外加纵向张力。
- b. 第二段贴扎（受力区）：施加纵向张力，将第一段贴布拉向对侧将贴上第三段贴布之皮肤。
- c. 第三段贴扎（附着区）：将第三段贴布与皮肤贴实，不外加纵向张力。

第一段贴布（附着区）	第二段贴布（受力区）	第三段贴布（附着区）

2. 沾湿后向对侧撕除技巧

- a. 将贴布沾湿。
- b. 从贴布一端之无胶区撕起，平行于皮肤，朝向对侧端点撕除贴布。



- c. 以香皂与湿毛巾除去残胶（为避免过高强度之胶体伤害皮肤，贴布撕除后于胶体边缘会有部分残胶）。