

十字貼布主要功效, 貼布特徵, 貼紮原則與基本技巧

by 高國峯 醫師 & 林仲宇 醫師

一、主要功效

1. 進行十字貼布貼紮治療

- a. 縱向貼布限制活動 (護具與輔具)
- b. 橫向貼布加壓 (彈繃)

2. 吸附 NSAID or 中藥 (肌樂) 等噴劑再緩慢釋出的新載體

- a. 加速並延長藥物吸收時間 (投予時馬上開始, 可延長到二個鐘頭)
- b. 減少口服消炎止痛藥導致胃部不適的副作用
- c. 減少藥物投予之總量, 降低肝、腎的負擔
- d. 自行決定投藥時間, 可依需要隨時投藥 (即 Tid or Qid 之經貼布給藥)

二、貼布特徵

1. 縱向無延展設計

- a. 提供優異韌帶保護能力：將無延展性之貼布貼附於關節之非活動面，可由貼布之張力保護韌帶，並由貼布貼附之皮膚即時感知可能造成韌帶扭傷的本體感覺，以有效保護韌帶，防止其扭傷或斷裂。
- b. 容易調整受力區域：藉由附著區與受力區之貼紮分佈，可輕易將力量集中於需要受力之區域。

2. 縱向條狀無膠區

- a. 提供優異關節活動能力：因為有縱向條狀無膠區之存在，一條寬面貼布於皮膚之貼附，可視為數條窄長貼布於皮膚之貼附；條狀無膠區可讓各條狀無膠區相互靠近或遠離，藉以提供優異之關節活動能力。
- b. 減輕皮膚負擔：避免橫向剪力，減少皮膚負擔，避免皮膚發炎。
- c. 易於撕除：型成貼布端口之無膠缺口，易於貼布撕除。

3. 斷面可延展設計

- a. 提供優異關節活動能力：關節活動面藉由可延展設計可自由活動，藉以提供優異之關節活動能力。
- b. 減輕皮膚負擔：避免橫向剪力，減少皮膚負擔，避免皮膚發炎。

4. 黏膠安全強度設計

- a. 避免皮膚傷害：超過安全強度設計之剪力會讓黏膠滑脫，避免皮膚因受力過大而受損 (貼布於撕除時有殘膠為此設計之正常現象)。
- b. 避免血液循環障礙：黏膠僅能黏著於皮膚，無法再黏附於貼布，避免因為貼布二端

口相互黏著成封閉圓環，所造成肢體腔室症候群之血液循環障礙。

5. 透氣耐濕材質

- a. 耐汗耐濕：不怕流汗且不怕濕（但不宜浸泡水中）。
- b. 可吸附噴劑或液狀藥劑：不會弄髒衣服，可準確塗佈噴劑或液狀藥劑，減少身體之藥劑吸收總量，減輕身體負擔，並藉以讓皮膚緩慢吸收，更可於需要時隨時補充噴劑或液狀藥劑於貼布上。

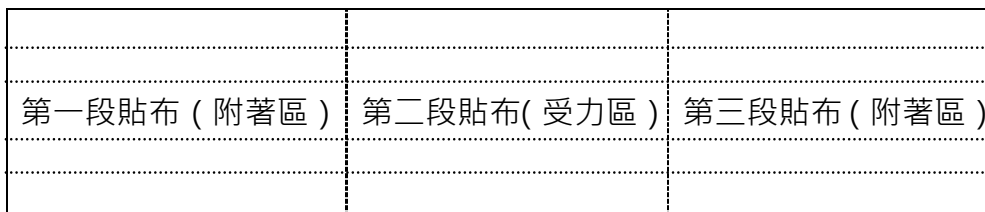
三、貼紮原則

1. 縱向貼布：活動限制
2. 橫向貼布：加壓

四、基本技巧

1. 三段貼紮技巧

- a. 第一段貼紮（附著區）：將第一段貼布與皮膚貼實，不外加縱向張力。
- b. 第二段貼紮（受力區）：施加縱向張力，將第一段貼布拉向對側將貼上第三段貼布之皮膚。
- c. 第三段貼紮（附著區）：將第三段貼布與皮膚貼實，不外加縱向張力。



2. 沾濕後向對側撕除技巧

- a. 將貼布沾濕。
- b. 從貼布一端之無膠區撕起，平行於皮膚，朝向對側端點撕除貼布。



- c. 以香皂與濕毛巾除去殘膠（為避免過高強度之膠體傷害皮膚，貼布撕除後於膠體邊緣會有部分殘膠）。