

# 精油按摩對安寧末期病人壓損和舒適度的雙重效果之探討

蕭凱琳<sup>1</sup>、沙慧晶<sup>2</sup>

臺北榮民總醫院臺東分院副護理長<sup>1</sup> / 安寧護理師<sup>2</sup>

## 前言

文獻指出安寧病房病人壓力性損傷發生率為13.0%-47.0%，遠遠高於住院壓瘡發生率8.4%（羅等，2023）。在安寧末期病人的護理中，壓力性壓損和舒適度問題一直是重要且具有挑戰性的問題，隨著病情的進展，許多末期病人長時間臥床，容易發生壓損，這不僅對病人的身體健康造成負面影響，也嚴重降低其生活質量，目前針對壓損的預防和治療方法多樣化，但對安寧末期病人其效果往往有限，且難以顧及全面舒適度需求（馬等，2022）。精油按摩作為一種輔助療法，因其在緩解疼痛、促進放鬆和改善皮膚狀況等方面的潛在益處，逐漸受到關注。然而，針對安寧末期病人的精油按摩效果仍然相對有限。本專案在探討精油按摩對安寧末期病人壓損和舒適度的雙重影響，希望通過科學的研究方法，為臨床護理提供新的思維和方法。

## 目的

- 一、評估精油按摩對安寧末期病人壓損皮膚、傷口的影響。
- 二、分析精油按摩對安寧末期病人舒適度的影響。
- 三、比較精油按摩與常規護理的效果差異。

## 問題確認

- 一、安寧末期病人皮膚因組織灌流改變造成皮膚衰竭。
- 二、本身癌症疼痛加上末期臨床表徵，導致舒適度改變。
- 三、末期病人皮膚衰竭進展迅速，易導致皮膚受損，未盡早給予適當措施。

## 改善計畫或方法

- 一、研究設計：研究為隨機對照實驗，將參與者隨機分為實驗組和對照組。
- 二、參與者：（一）招募對象為安寧末期病人，實驗組和對照組各10人。  
（二）入選標準：無精油過敏史，需長期臥床的病人。  
（三）排除標準：存在嚴重皮膚病或傷口感染的病人。
- 三、措施：（一）實驗組：接受含有薰衣草精油按摩，每日一次，每次15分鐘，持續三週。按摩部位主要為壓力集中的區域，如：足跟、尾骶骨及髖部。  
（二）對照組：接受常規護理，每兩小時翻身擺位及翻身枕使用，不進行精油按摩。



精油按摩



前評：二度壓損



後評：壓損癒合



前評：皮膚水腫2價、水泡



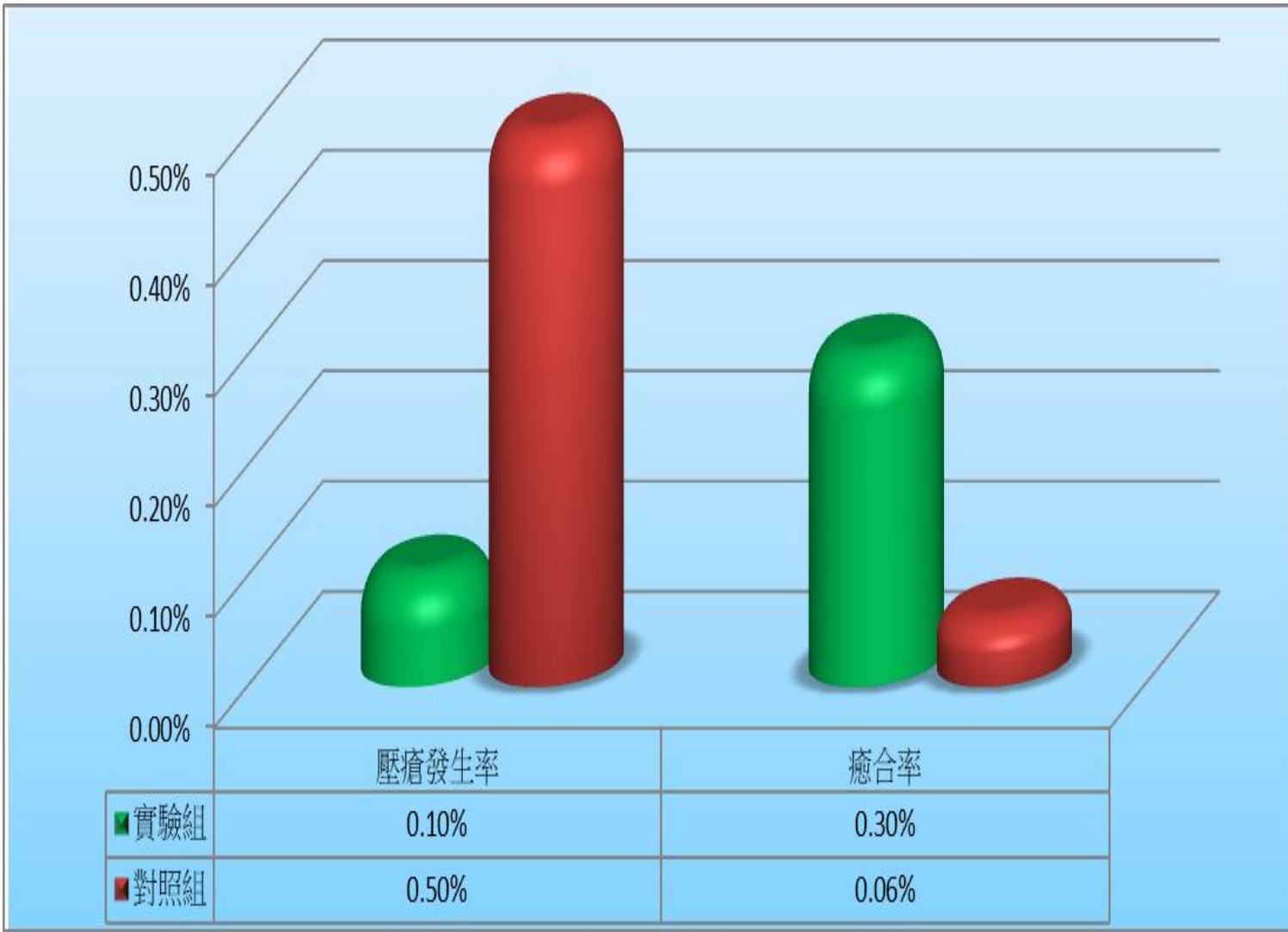
後評：皮膚水腫、水泡改善

- 四、精油配方：使用基底油（葡萄籽油、橄欖油）稀釋薰衣草精油，濃度控制在3%（10ml基底油+6g精油）。

- 五、評估指標：（一）壓損發生率：從住院到出院內發生的壓損病歷數。  
（二）皮膚傷口癒合率：觀察和記錄皮膚發紅和傷口癒合情況。  
（三）Braden評估表：如何準確評估並制定有效預防和治療最為關鍵的步驟。  
（四）簡式健康量表：透過心情溫度計能夠迅速評估病人的心理需求，進而提供所需。  
（五）病人舒適滿意度問卷表：使用問卷調查病人的舒適度和滿意度。

## 結果/成效

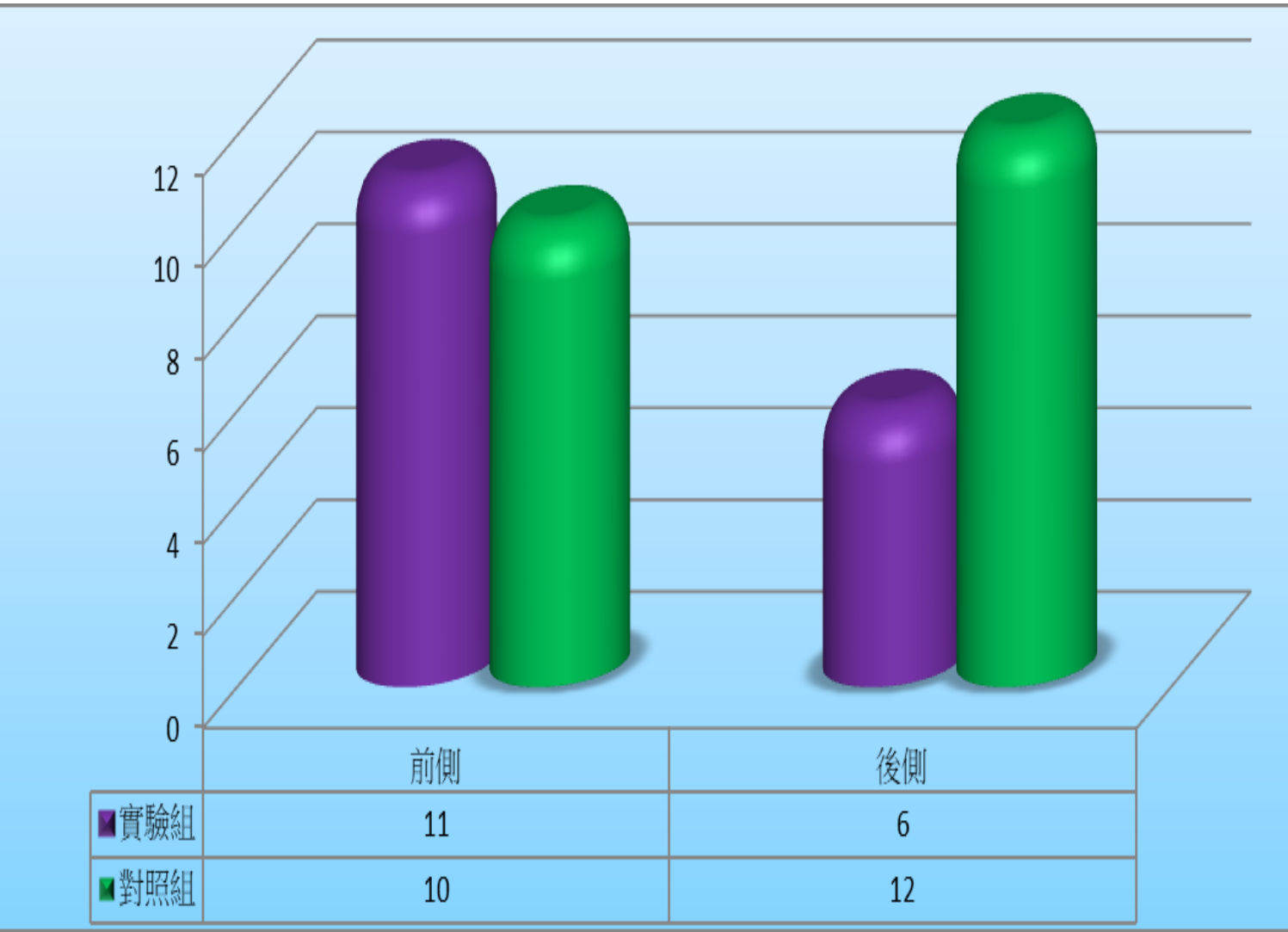
本專案共收案20位安寧末期病人，其中實驗組和對照組各10人，因住院天數限制，一位病人週期為三週，所有參與者均完成專案過程。在開始收案時，實驗組和對照組的壓損率無顯著差異，但執行專案三週後，實驗組的壓瘡發生率顯著低於對照組（實驗組發生率0.1%、對照組發生率0.5%、實驗組癒合率0.3%、對照組癒合率0.06%）（圖二）。壓瘡癒合情況（圖三），使用Braden表評估壓損情況，實驗組的壓損癒合，實驗組的壓損癒合速度明顯快於對照組（實驗組平均評分從15提高到20，對照組平均評分從16提高到18），這些數據表明了透過精油按摩在一定程度上有預防壓損的發生，且緩解壓損惡化。焦慮和抑鬱情緒（圖四），實驗組病人使用簡式健康量表，焦慮和抑鬱情緒均有顯著減輕（實驗組焦慮、憂鬱評分從11降低到6，對照組從10提高到12）。精油按摩舒適滿意度（圖五），使用舒適滿意度評估量表進行測量，實驗組病人的整體舒適度顯著提升（實驗組平均舒適度評分從20提高到42，對照組從18提高到26）。



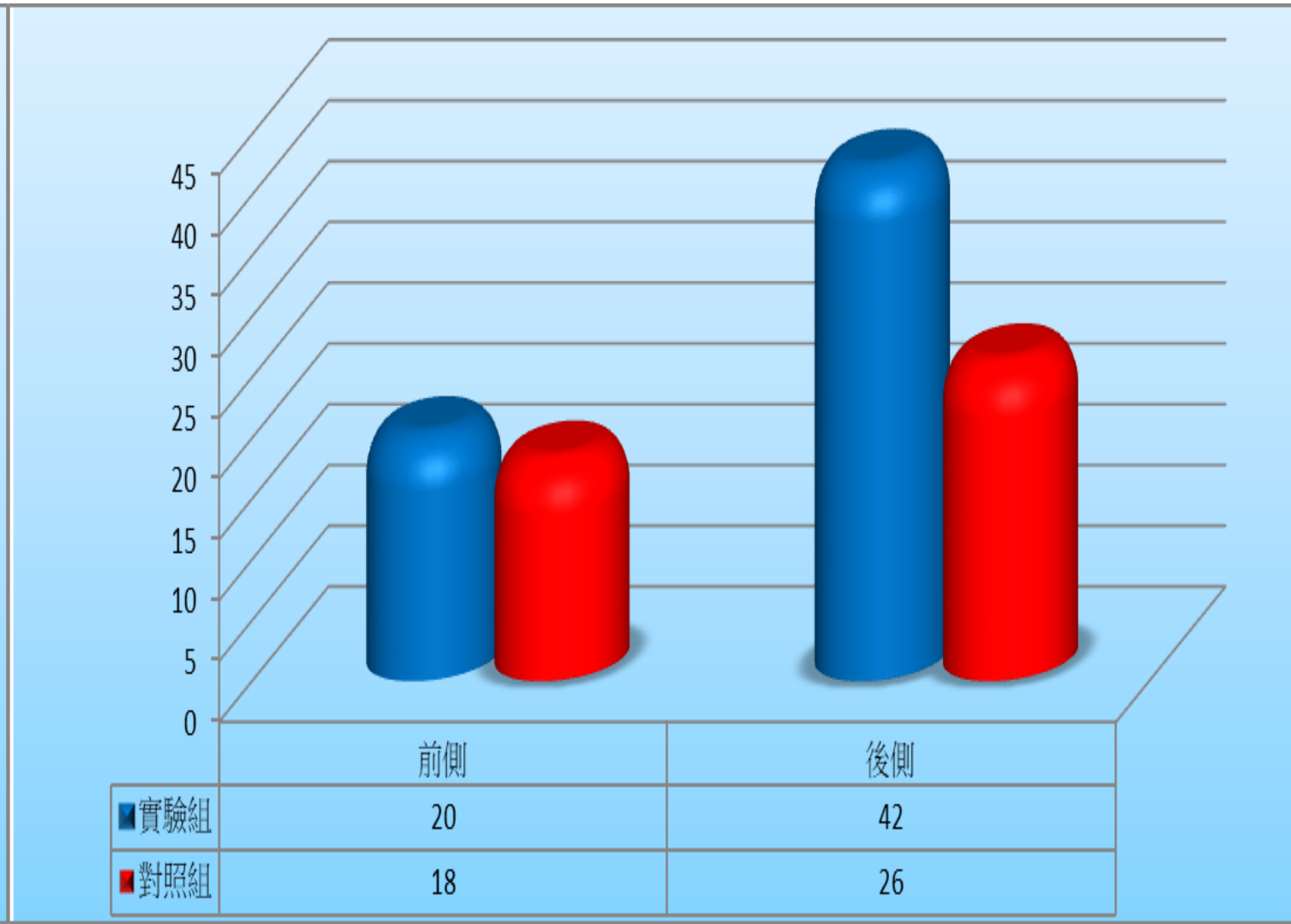
圖二:壓損發生率及癒合率



圖三:Braden量表



圖四:簡式健康量表



圖五:精油按摩舒適滿意度

## 成效、結論

本專案運用3個月，實驗組10人和對照組各10人進行三週的對照試驗，發現精油按摩對安寧末期病人壓損預防和舒適度提升有顯著效果。與對照組相比，實驗組的壓損發生率顯著降低，壓損癒合率顯著提高，且壓損癒合速度更快。這可能是由精油按摩能促進血液循環，改善皮膚和肌肉組織的健康狀況，從而減少壓損的發生並加速其癒合過程。此外，透過滿意度調查，實驗組的焦慮和抑鬱情緒均有顯著減輕，且整體舒適度明顯提升。這表明，精油按摩作為一種輔助療法，對於改善安寧末期病人的壓損情況和提升其生活質量，進而改變舒適度。

精油按摩作為安寧末期病人壓損預防和身心靈放鬆中有其獨特的優勢，但也存在諸多侷限和挑戰，通過全面性考慮病人個體差異、過敏風險、時間和頻率控制等因素，並結合多學科的綜合模式，可以最大限度地發揮精油按摩的作用，提升安寧末期病人的生活品質。