

副木用得好 傷肢添良伴

文·圖／復健部職能治療師 許原銘

「請問您家有勒做『媽媽手』的手架嗎？」

一位年約50歲左右的阿姨，身上背著一個小嬰兒，手裡拿著一張治療卡走進治療室詢問。

「有啊！請問是妳要做嗎？妳的名字是…」

我接過治療卡，仔細端詳上面的醫囑，一邊核對確認是否為患者本人。

「是我啦！我兩隻手痛到都沒法度做代誌，醫師說這是媽媽手啦！」她一邊抱怨著，一邊指著疼痛的部位。

做了幾個簡單的評估測試，的確是「媽媽手」的症狀，看了看她背著的嬰兒，對兩人的關係不禁感到好奇。

「阿姨，請問這是妳的……」

「這是我的孫子啦！我女兒白天要上班，小孩都是我在顧。」

在沒有雙薪，生活就會過得很吃緊的家庭，阿公與阿媽因為幫忙照顧孫子而得到「媽媽手」的機率也不小。

經過職能治療師細心地量身製作，終於完成了足以保護她那雙「媽媽手」的副木。

「早知道這麼好用，我當初會痛時就應該早點來了！」她看著自己「武裝」後的手，神情顯得輕鬆許多，背上的嬰兒也適時地咧開小嘴笑了。

什麼是副木？

副木（splint），常裝置在受傷的肢體上，可提供組織保護、休息及促進功能。臨床上常用低溫塑型的塑膠材質來製作副木，治療師會依患者需求與醫師診斷，設計出適當的形式，並使用60-85°C的熱水將材料軟化，直接在患者的肢體上成型，塑型完畢後加上黏扣帶即可使用，快速而方便。

由於穿脫方便、重量輕、易清潔、易修改，省了患肢照護上的許多不便，因此不論是剛出生的嬰兒、年邁的長者，或是不小心受傷的民眾，都有可能需要副木的協助。

這麼方便的東西究竟該如何使用才能發揮它最大的功效呢？現在就來認識它吧！

副木的功用

- **擺位**：提供關節足夠的支持，讓關節休息、穩固關節、降低疼痛、預防畸形、提升功能性表現。
- **增加關節活動度**：利用動態或靜態副木提供長時間的延展拉力，矯正被動關節活動度。
- **抑制疤痕增生**：對皮膚提供長時間均勻的壓力，降低單一方向疤痕組織的攣縮與增生（如：燒燙傷患者）。
- **代償失去功能，協助動作執行**：輔助肌力過弱或喪失的肌肉完成動作，保存功能性表現（如：對掌副木）。
- **降低不正常張力**：提供張力過強的肢體持續性的牽拉，降低過高的肌肉張力（如：中風患者的手部降張力副木）。

常見的副木及適應症

豎掌副木

常用於腕隧道症候群、遠端橈骨骨折。



對掌副木

常用於大拇指張力過強，無法將虎口張開者。



拇指制動副木

常用於媽媽手、舟狀骨骨折。



擺位、降張力副木

常用於因中樞神經損傷而造成的肢體張力過強



足部擺位副木

常用於骨折、足部張力過強。



前置式防垂足副木

常用於周邊神經損傷導致的垂足、中風後造成的足內翻與下垂。





其他特製型副木



穿戴副木應注意事項

1. 穿戴副木時需經常檢視皮膚外觀，是否有皮膚受壓迫的情況。如果出現紅腫、水泡或破皮，可以
先用紗布塊加以保護並儘速找職能治療師調整。
2. 每天都要用濕布沾清水或中性清潔劑加水稀釋（即肥皂水）擦拭清潔，避免發臭或造成患肢感
染。
3. 副木勿接近高溫熱源（如：瓦斯爐、電毯、電暖器等）或置於陽光曝曬下的汽車內，避免變形、
損壞。
4. 若因肢體消腫造成尺寸不合，須找職能治療師修改或重新製作。🚫