



## 水腫患者的生活保健衛教

### ● 日常生活:

1. 請勿長期站立或維持固定姿勢，應時常改變姿勢。
2. 臥床休息時，請將雙腳抬高超過心臟位置。
3. 請避免使用任何約束帶、緊身腰帶，可穿寬鬆綿質易吸汗的衣物。
4. 請每日定時測量體重，可瞭解水腫增加的情形。
5. 請注意每天小便量是否有減少或水腫增加的情形。
6. 請保持皮膚的清潔及完整性，注意骨突出處皮膚是否發紅。
7. 長期臥床的病人，至少每二小時協助翻身一次，必要時請使用氣墊床及水球，以減少部位壓迫。

### ● 飲食:

請按醫師指示，採取低鹽飲食，少吃罐頭類等加工食品。

彰化榮家主任及全體職員工關心您