

副木的介紹

副木是什麼？

副木(Splint)，又稱護木，為低溫熱塑型材質，放在攝氏 60~70 度的熱水中加工成型，職能治療師依病人需要製成不同的形狀，並且直接在受傷肢體上塑形，優點為重量輕、穿脫方便，又能擁有良好的支撐和保護效果。

穿戴副木的目的？

1. 保護或支撐關節與軟組織，幫助癒合，並減少發炎的产生。
如：術後使用副木取代厚重的石膏，固定接合的骨頭、肌腱或神經。
2. 提供良好擺位，預防或矯正變形。
如：長期臥床者，使用足踝副木提供良好的踝關節擺位，避免腳板下垂與關節變形、攣縮。
3. 協助或代替受損的肌肉的功能，以執行活動。
如：利用豎腕副木，協助部分脊髓損傷患者抓握湯匙。

常見的副木種類

1. 豎腕副木(Cock-up splint) ● 適用對象：腕隧道症候群、腕骨骨折、尺骨或橈骨遠端骨折。 ● 目的：使手腕擺位在放鬆的姿勢，避免神經壓迫造成疼痛；或是取代石膏，幫助骨折處復位，保護受傷關節。	
2. 手部休息型／保護型副木(Resting splint) ● 適用對象：手部張力過強(如：中風病人)，手部骨折、肌腱、神經損傷需保護者。 ● 目的：提供良好擺位，使手部維持在安全姿勢，避免關節變形、攣縮；或是取代石膏，幫助接合的骨頭、肌腱、神經復原。	
3. 大拇指固定型副木(Thumb spica splint) ● 適用對象：媽媽手、扳機指、大拇指骨骼肌肉損傷者。 ● 目的：使大拇指關節維持在放鬆的姿勢，得以休息，減少腫脹發炎及疼痛情形。	



4. 前置型足踝副木(Anterior Ankle-Foot-Orthosis)

- 適用對象：中風病人腳板下垂及內翻者、脛前肌肌腱損傷無法翹腳者。
- 目的：減少腳板下垂情形，維持走路時腳板翹起的角度。



5. 後置型足踝副木(Posterior Ankle-Foot-Orthosis)

- 適用對象：踝部或腳掌骨折、長期臥床導致足踝部變形者。
- 目的：保護受傷骨頭，幫助癒合復原；或預防長期臥床者足部變形、攣縮。



副木穿戴時間

不同的副木，穿戴的時機與時間長短不同，請依職能治療師的指示穿戴。一般來說，第一次先穿戴30分鐘後，須拿下來檢查，若有任何不適現象如：壓痕、紅、腫、疼痛，可直接與職能治療師聯絡，或將副木帶至職能治療室做修改。

對於長期臥床的病人，副木最久穿戴兩小時，就要拆下來休息兩小時，才可以再繼續穿戴，而若為皮膚較敏感者，穿戴時間宜適量減少。

副木清潔方式

將襯帶拆下後，使用冷水或中性清潔劑清洗，並用毛巾擦乾，切勿使用熱水。若保護良好，副木壽命可達一年，老化時會泛黃或脆化，則不宜繼續穿戴。

注意事項

1. 副木請勿靠近接觸熱源，如：火、熱水、長時間曬太陽、置放機車車廂等。
2. 副木製作完成後2天內，提供免費修改服務。
3. 副木襯帶需妥善保存，若需增購，一組100元。

★如有疑問請洽復健科職能治療：03-8561825—門診分機 3281。

