

身体约束

为居民、家人和照顾者提供的信息



身体约束是任何阻止你自由移动的措施。

这可以包括使用设备，例如床护栏、腰带或带桌面的椅子。这也可以是拿走助行架等器具。

以前，人们出于安全原因而使用身体约束。人们认为这能防止人摔倒。这种措施还用于防止人到处乱走或下床等。

但我们现在知道，这样做会使问题恶化。身体约束会造成严重的身心伤害。

使用身体约束的风险

身体约束经常造成各种问题，例如：

- 失去力量和摔倒
- 疼痛
- 便秘或失禁
- 压迫性损伤（疮肿）
- 紧张、害怕和愤怒
- 隔离和孤独
- 失去尊严
- 伤害和死亡。

何时可能考虑身体约束？

身体约束是最后的手段，只能用于极端紧急情况。

这只能短时间使用。这只能在所有其它措施都已尝试过后才能使用。

采用约束之前，必须确保该措施不是用来解决居民的无聊、不适、焦虑或疾病，这很重要。绝对不能因为员工短缺而采用这种措施。

这只能在与你和你的家人讨论之后才能采用。讨论内容必须包括约束的风险。

约束必须由护理人员和你的医生密切监督和审核。

身体约束示例

- 床护栏
- 腰带或座位安全带
- 带桌面的椅子
- 拿走移动辅助器具，例如助行架
- 令人难以脱身的椅子或床
- 用家具堵住路径。

谁能授权采用约束？

身体约束措施必须与你、你的家人或法律监护人、医生以及具备资质的工作人员进行讨论。

你或你的法律监护人需要同意使用约束。在紧急情况下，这也许不可能。但是，应该尽快获取同意。

共同合作

你和你的家人知道你需要什么。

与工作人员合作，共享信息。这有助于制定以你为中心的照顾计划。良好的照顾计划应包括你的生活历史以及你喜欢或不喜欢的事。

通过共享信息能采用适合你的方法，从而避免身体约束。和工作人员讨论约束的使用，询问关于最佳照顾的信息。

向工作人员提出的问题

- 你们为何使用约束？这是否必要？
- 你们是否试过采用其它方法替代约束？有什么替代方法？
- 你们是否使用约束程度最低而且最适合的约束？
- 约束将如何受到监督？将使用多久？



免责声明：这份健康信息仅供一般用途。请咨询医生或其他健康专业人员，以确保该信息对你适用。

如需本出版物的无障碍格式版本，请发电子邮件至acqiu@dhhs.vic.gov.au由维多利亚州政府（1 Treasury Place, Melbourne）授权并出版。©维多利亚州 Department of Health and Human Services, 2016年6月。ISBN 978-0-7311-6808-8 可在以下网站获得：<https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers>