

保养您的内衬

(Caring for Your Liner – Simplified Chinese)

WestMARC

苏格兰西部出行和康复中心

伊丽莎白女王大学医院 (Queen
Elizabeth University Hospital)

地址: 1345 Govan Road

Glasgow G51 4TF

我的内衬是什么？

这是假肢承窝和您的皮肤之间的接口袜。它将由硅胶或聚氨酯等材料制成，并且可能有、也可能没有锁定销或密封件。您的假肢师将选择适合您特定需求的内衬尺寸、材料和设计；有许多品牌和类型可选。

请您的假肢师填写以下内容：

我使用的内衬类型是：

我如何穿戴？

几乎每个内衬都需要相同的方法来穿上（穿戴），但有一个明显的例外 - Otto Bock Uneo 聚氨酯内衬系列，有时称为TEC。

对于所有其他内衬：

1. 确保您的残肢上的皮肤清洁干燥。
2. 将内衬从外面翻过来。如果您的内衬在外面有一个一体化的吸盘封条，您可能需要先在封条上喷一点润滑剂。
3. 将压平的内衬端靠在您的残肢末端。如果您的内衬有销钉，请通过内衬层寻找感觉，并确保销钉的角度正确 - 这可能需要在开始时进行练习。

4. 将内衬逐渐展开到您的残肢上。
5. 如果角度不正确，请移除并重新定位，一旦已戴上内衬，您将无法将其拉到正确的位置。

我该如何取下它？

只需将内衬一直展开到您的残肢底部，即与戴上时相反的过程，然后让它落入您的手中。不要试图在没有完全展开的情况下将其取下，因为它会抓住您的皮肤，这可能会导致瘀伤。

Uneo 或 TEC 有何不同？

与其他内衬不同，这种类型的内衬需要在它们和您的皮肤之间有一层润滑剂，以允许材料的流动特性发挥作用。要戴上内衬，在皮肤上涂抹一些保湿霜，然后像穿袜子一样拉上内衬。花点时间将任何被困的气泡从内衬中清除出来。

要取下内衬，只需将其从残肢上取下即可，可能需要稍微扭动一下。

我应该如何清洁我的内衬？

每天使用抗菌肥皂和水清洁您的内衬至关重要。使肥皂在内衬的内外面形成泡沫，冲洗干净并重复。用毛巾擦干，让织物覆盖物（如有）彻底风干。不要使用烘干机。

如果您的内衬没有织物覆盖层，则在外表面轻轻撒上滑石粉会使其更容易戴上。

还有其他保养说明吗？

您的内衬应能至少持续使用**6个月**。

如果您使用带有销钉的内衬，请检查您的销钉是否拧紧到内衬中。戴上和取下内衬时要小心销钉，以防它刺穿内衬。每周一次使用真空吸尘器的吸嘴从内部清洁锁扣。

如果您使用带有吸盘封条的内衬，您可能需要按照您的假肢师的建议使用润滑剂喷雾。有时喷雾会漂白内衬套上的颜色；这不会影响其功能。每周一次，使用真空吸尘器的吸嘴从内部清除阀门上的所有碎屑。

我如何防止内衬的边缘刺激我的皮肤？

这是胫骨内衬使用者的常见问题。内衬会给您的皮肤带来压力，这可能会在边缘引起刺激，甚至起泡。如果您的皮肤完好无损，请尝试将您的手指放在内衬顶部下方的**2厘米**处环绕一圈，以消除压力。沿着内衬的顶部内缘涂抹非吸收性霜剂（例如凡士林）或许可以减少刺激。

如果您的皮肤破损，请根据需要使用通常或推荐的敷料。

我的销钉内衬假肢卡住了，我该如何取下它？

首先，检查按钮释放装置是否拧紧到位，如果没有，请顺时针将其拧紧。如果它掉出来并遗失或损坏，请使用一支笔或窄螺丝刀模仿释放装置的向内推动动作，并联系WestMARC以安装更换组件。

如果释放装置正常，但假肢仍然卡住，这通常是因为残肢袜上的线缠结在销钉周围，并卡在锁定装置中。您或许能够拉扯袜子，使其从锁上解开，使其发挥作用，但如果它没有松开，取下假肢的最佳方法是从内衬中取出您的残肢，将内衬留在假肢内。

为做到这点，您应该按照以下说明：

- 在脸盆中装满肥皂水，最好是非常滑的肥皂（如洗洁精），并准备一个小水罐或杯子。也可以使用婴儿油或葵花籽油，但这更可能滴得到处都是。
- 假设您将无法重新戴上您的带有销钉内衬的假肢，因此请准备好您的轮椅、拐杖或备用假肢（如果您有的话）。

- 将内衬的顶部边缘拉离您腿部的皮肤。这会产生一个缝隙，您可以开始将肥皂水倒入其中。
- 摆动并拉伸内衬的顶部，甚至尝试将您的手指伸入其中，将水向下注入内衬中。内衬和假肢通常很容易从您的残肢上脱落。
- 清洗您的残肢，以去除所有的肥皂痕迹。

说一旦您取下假肢和内衬后，您可能会发现很容易看出问题出在哪里，尤其是如果袜子纤维卡在锁销中。如果您确实设法取下了内衬，则应将其彻底清洗，并擦干内外两侧，以去除任何残留物。

更常见的情况是，内衬和假肢仍然粘在一起，您无法将它们分开。请联系WestMARC以安排维修。

联系方式

营业时间：周一至周五上午8点30分至下午4点30分

电话：0300 790 0129

（周一至周五：上午8点45分至下午4点15分）。

如果电话线路忙，可以使用电话留言。

网站：

www.nhsggc.org.uk/your-health/health-services/westmarc

电邮：westmarc@ggc.scot.nhs.uk

