

動態副木之介紹與應用

一、什麼是副木？

副木是一種低溫熱塑的材質，職能治療師透過其特性，將副木泡於溫度為 60 至 70 度進行軟化後，依照個案狀況進行調整，考量每位患者的身型不同、疾病種類不一，且可能有明顯骨突處之問題，所以副木是屬於「客制化」與「個別化需求」。

二、使用副木的目的，動態副木是什麼？

使用副木的目的為穩定部分關節、預防關節變形、維持良好擺位以及預防二次損傷等，而副木依照使用目的分為靜態式副木與動態式副木，區分方式依照副木是否能允許關節動作來做區分，動態副木允許關節適當範圍活動，在醫院最常見的是因意外、工作事故，導致手指肌腱損傷之個案，研究證明術後早期提供適當的力量活動，能避免肌腱產生沾黏，也能增強肌腱的強度。以下為實際案例分享。

三、案例分享與應用

張先生因工作期間，使用切割機割傷小指，導致小指屈肌肌腱受傷。製作副木時，需以「被動屈曲、主動伸直」的方向進行設計，職能治療師先將紙型畫出後，而後將紙型畫在副木材質上，進行修剪。剪下後放在已擺位好肢體上的姿勢進行塑型。塑型後請個案嘗試小指主動伸直到最大角度，接著擠一些快乾，並將鉤子黏在指甲面上，使用一段橡皮筋並綁在黏扣帶上（如圖），接著練習伸直，確認是否阻力太強，完成後教導個案後續穿戴注意事項與治療計畫。

針對屈肌肌腱損傷之復健計畫為：

- 0-4 週整天需穿戴副木，白天每小時至少活動 20 下，晚上則穿戴副木下休息
- 4 週後將副木拿下，在沒有協助下，練習手

指做出主動屈曲 / 伸直運動

- 6 週後可不需穿戴副木，但請勿執行瞬間施力的活動像抬重物，容易導致肌腱斷裂
- 8 週後肌腱修復達到穩定，可開始執行漸進式抗阻力運動



小指屈肌肌腱損傷之動態副木

（註：復健計畫會因診斷、損傷程度進一步調整穿戴時間與運動頻率，實際執行前請與復健科醫師與職能治療師討論，並依指示下執行）

動態副木除了應用於肌腱損傷之患者外，也能應用於進行適當的關節活動，例如動態伸直副木允許手腕可部分伸直、蜘蛛手能讓個案執行更多功能性活動，如抓取物品。

四、副木百百種，何種才適合？

因副木有不同功能與使用目的，因此製作前需經復健科醫師看診後，由職能治療師進行製作。透過專業性評估與考量個案需求，才能將副木的價值發揮到最大化，並達到最好的效果。

（文 / 復健醫學部 職能治療師 林宜萱）