

上肢骨折患者術後注意事項

骨科

高雄榮民總醫院護理部

壹、手術後注意事項：

1. 手術後為了減輕傷口疼痛及肢體腫脹不適，可依醫囑給予傷口冰敷，每次15-30分鐘。
休息時間必需超過30分鐘為宜，一日以4次為原則。
2. 手術後可以枕頭支托，抬高受傷的肢體高於心臟，以減輕腫脹及不適，並促進手部血液循環。
3. 置放於傷口的引流管應平放在床上或夾於衣服上，不可反折或扭曲，並避免拉扯及滑脫，醫師會視引流量來決定拔除的時間。
4. 觀察末梢肢體溫度、脈搏、顏色與感覺，若有感覺異常，例如：麻木、蒼白或冰冷，應馬上告知醫護人員。
5. 患肢如有石膏夾板或石膏固定，必需保持乾燥。石膏內的皮膚發癢時，不可試著插入任何東西到石膏裡面抓癢，尤其是有傷口縫線部位，如以石膏夾板使用則無此限制。
6. 手術後若無特別禁忌，即可坐起活動，若無頭暈等不適情形，即可使用手臂吊帶支托患肢下床活動。
7. 一般術後若無心臟、肺臟、腎臟病等特別禁忌，皆可多喝水每日1500~2000cc以上，並多吃蔬菜水果，預防便祕。勿抽煙，以免影響骨折的癒合。
8. 保持傷口外觀清潔及乾燥，勿使用任何偏方及藥品。
9. 病患肢體如裝有骨外固定器或裸露皮外的骨釘。請依醫護人員之指導執行鋼釘護理。

貳、手術後運動注意事項：

(一)手術後第1~2天：

1. 每日執行患肢等長運動，例如：收縮及放鬆手部肌肉，每日至少4次，一次 30 分鐘。
2. 活動手腕、手指關節，每日至少4次，一次30分鐘。
3. 做患肢及健肢的全關節運動，每日至少4次，一次30分鐘。
4. 若體力許可，術後當天即可漸進式下床活動，每日至少4次，一次至少30分鐘。

※第一次下床動作應緩慢，避免姿勢性低血壓的發生，可採漸進性方式增加活動次數。

(二)手術後第3天至出院：

1. 使用手臂吊帶，下床活動。
2. 若年邁、站不穩者，為鼓勵病患早期下床活動，可利用輪椅下床，並由家屬陪伴，注意安全。

參、出院後注意事項：

- 一般上肢骨折患者，手術後若傷口癒合佳，血壓、脈搏、體溫正常，無特殊不適情形，約術後3~4天，在醫師准許下可出院。
- ※請按時回院複診。
- ※出院帶藥請按時服用。
- ※保持傷口清潔與乾燥。若有紅、腫、熱、痛、分泌物流出、或有發燒情形，應立即回診。
- ※鋼釘護理確實執行，一天4次，滲液多時則增次數。（請參考骨釘外露衛教單）

護理部 2003/07/01

