

心臟手術之全期心肺復健



物理治療師 荊裕偉

(一)前言

根據衛福部資料統計，心臟疾病高居國人十大死因前三位，好發於吸菸、高齡、代謝症候群以及先天性等族群。心臟手術常見的併發症為肺擴張不全、肺水腫、深層靜脈栓塞以及肌肉力量下降等，以致患者術後的恢復不如預期與生活品質下降等情形。針對心臟手術的心肺復健治療，可有效避免術後併發症、增進患者功能性能力與提升生活品質等效益。

(二)術前心肺復健

心臟患者的最佳功能性預後程度會與術前的狀況有著高度相關，因此全期心肺復健在手術前便已啟動，物理治療師會於術前評估患者的各項能力指標，包含肌肉力量、咳嗽能力、胸廓活動度與心肺耐力等等，並衛教患者及家屬相關的心肺復健知識，讓患者在手術前便能了解復健的重要性，提升患者與治療師的醫病信任感。

(三)術後心肺復健

術後復健的最優先目標為避免術後併發症，因此可將心肺復健治療分為三大面向。首先是針對活動能力的訓練，秉持著早

期下床、早期活動的準則，內容涵蓋功能性活動訓練與四肢關節運動，促進肌肉收縮，降低水腫與深層靜脈栓塞的發生機率，提升患者的日常生活功能。第二點為肺部擴張的呼吸訓練與控制，有鑑於心臟術後常出現肺擴張不全的併發症，導致異常呼吸型態、動脈血氧分壓下降等，臨床上可透過橫膈腹式呼吸、圓唇吐氣法、局部呼吸、呼吸肌群肌力訓練與合併胸廓運動之呼吸運動，達到肺部再擴張之呼吸訓練。第三點為肺部清潔訓練，心臟術後的患者常因傷口疼痛，而無法執行有效的咳嗽，進而導致痰液堆積在肺部與呼吸道，造成肺部併發症，治療師可運用姿位引流法、徒手震動技巧、咳嗽訓練、自我引流法等方式來協助患者。

(四)結語

高榮復健部心肺組所提供完整的全期心肺復健，始於手術前之評估與衛教，術後不間斷地追蹤與安排，以及出院後的門診心肺復健，達到一條龍式的整合性復健照護，望能透過本單位的高品質心肺復健治療，讓患者迎向更璀璨的未來，落實以病人為中心的全期心肺復健。