

一、手術前應該注意什麼

1. 手術前，會先抽血、照胸部 X 光，患肢 X 光，心電圖。
2. 為了防止手術部位的感染及保持無菌，注意手術部位皮膚完整。
3. 為了避免手術中或手術後嘔吐不適，在手術前請您禁食 6-8 小時，不可吃任何東西包括水份。
4. 學習深呼吸指導，有利於您手術後肺功能恢復。
 - (1) 採坐臥或半坐臥【若需平躺者可採側臥】，膝蓋彎曲使腹部放鬆。
 - (2) 雙手置於兩側腰際肋骨上，由鼻子慢慢吸氣，吸到不能再吸時，屏息約數到 3。
 - (3) 噤嘴，由鼻及嘴慢慢吐氣，約數到 5，重複 5 次後休息。
5. 術後行有效性咳嗽運動，可清除呼吸道的痰，預防肺炎。術前宜先練習至熟練程度。

方式：

- (1) 採半坐臥【若需平躺者可採側臥】，身體微向前傾。
 - (2) 以手、軟枕壓傷口上固定或使用束腹帶，以減輕傷口牽扯疼痛。
 - (3) 深吸氣，屏息約數到 3，用腹部收縮力量咳 2-3 次。
 - (4) 手術後每 1-2 小時至少咳一次。
6. 術後深呼吸至少每小時作五次，鼻子深吸一口氣，憋住二秒鐘，由口吐氣，如此持續的作，同時在深呼吸三次後作有效的咳嗽，以利清除肺部的分泌物。
 7. 手術前您可練習在床上肢體運動，利術後臥床休息，以利腿部肌肉的張力及腿部的血液能回流到心臟。

二、手術當天注意事項

1. 手術當天，更換上手術衣，不可著內衣褲，去除手飾、活動假牙、義眼、手錶、髮夾、眼鏡、隱形眼鏡等，防止麻醉時造成意外傷害。
2. 女性患者於手術當天勿化妝或擦、塗指甲油〈手部及腳部〉，以利手術前中後觀察您末端肢體血循。
3. 至手術室前請您先上廁所，排空膀胱。
4. 手術當天護理人員會為您接上點滴，以補充您所需之水份。
5. 醫護人員會協助您以推床或輪椅進入手術室。

三、手術後注意事項

1. 手術後由於麻醉藥的關係，術後先至恢復室觀察 1-2 小時，直到您穩定後，協助您推床返回病房休息。
2. 若行脊髓麻醉，須在手術後平躺 6~8 小時，(勿睡枕)，人員或家屬會協助您術後小便及生活所需。
3. 避免麻醉造成之嘔吐，依情形限制進食，醫護人員協助點滴給於補充您所需之水份，經醫師或護理人員指示可進食或喝水時，請由少量水份攝取開始。
4. 為促進您早日恢復，護理人員會依您手術種類，教導您手術後的特殊飲食。
5. 術後必須記得效深呼吸、咳嗽，以利您術後肺功能恢復。為了減輕您的疼痛，希望您能在舒適情況下多做深呼吸、咳嗽，會依您的須求並按醫囑給您止痛劑治療。

6. 手術後身上可能會留置一條引流管，將引流管放置於床上<平放>且勿牽扯，護理人員三班測量並觀察引流出之血量<勿自行傾倒引流液>。
7. 術後依手術種類放置尿管留置，護理人員將會告訴您尿袋照護<如何傾倒尿液>，並每日為您執行尿管消毒。
8. 希望在您能進食後，多攝取水份(2000~3000cc)，注意勿尿袋高於膀胱，尿袋內尿液勿過滿<8分滿時需傾倒尿袋內尿液>。
9. 手術後為避免患肢腫脹及出血，護理人員會將您術後患肢以枕頭或抬高枕抬高肢體，利患肢血循。
10. 翻身運動:術後行翻身運動可促進引流、減少肺合併症並預防壓瘡。

方式：

- (1) 採取適當姿勢，握住床欄，向左或向右側翻，上面的腳彎曲雙腳間可使用枕頭支持。
- (2) 翻身後，背部放枕頭支持。
- (3) 視情況施予肌肉按摩。
- (4) 術後至少每2小時翻身一次。

11. 下床注意事項

- (1) 宜依病患狀況漸進式下床：
 - a. 抬高床頭呈坐臥或半坐臥或協助側臥再坐起。
 - b. 坐起後若無頭暈等不適反應，可坐床緣3-5分鐘。
- (2) 依病患狀況逐漸增加活動量並適當休息。
- (3) 注意安全，特殊病情請遵照醫師指示再下床活動。

12. 保持敷料的清潔、乾燥，注意傷口有無滲血情形。

13. 多攝取高蛋白，(如魚、肉、蛋、奶類)，高維生素食物，促進傷口癒合。