



郭綜合醫院

上肢、下肢骨折術後及返家注意事項

1. 手術後需禁食 2 小時，避免麻醉藥物引起的噁心感或嘔吐，2 小時後喝水，若無不適即可開始正常飲食。
2. 手術後可冰敷傷口周圍，每次約 10~15 分鐘，休息時間必須超過 30 分鐘為宜，一日以 3 次原則，但務必保持傷口乾燥，可減輕疼痛；若仍傷口疼痛不適時，護理人員會依醫囑給予止痛劑，勿使用任何偏方及藥品。
3. 手術後若無心、肺、腎臟病等之特別禁忌，水分之攝取每日至少 1500~2000c.c.以上，並且多食用充足的纖維素例如蔬菜、水果，來預防便秘的發生。
4. 患肢支托需高於心臟的位置，以減輕或預防腫脹，並每 2 小時翻身一次避免皮膚破損，保持皮膚乾燥及清潔，避免壓力性損傷的產生。
5. 主動參與與觀察末梢肢體，評估患肢溫度、脈搏、顏色與感覺。若感覺肢體麻或刺痛時，應立即告知護理人員。
6. 傷口引流管應平放在床上或夾於衣服上，不可反折或扭曲，避免拉扯及滑脫。引流管有脫落或傷口紗布滲血、潮濕，請主動告知護理人員。
7. 術後第一天以不痛為原則，可採漸進式下床活動，可預防合併症的產生。初次下床時，需先坐起約 5~10 分鐘，無頭暈不適及步態穩時，方可下床必要時可使用輔助器具如：拐杖、助行器。
8. 能站穩後，使用輔助器正確行走，下床利用輔助器（如：拐杖、助行器等）活動，應按照醫囑：患肢不負重（患肢完全不踩地），或以腳尖著地（部份負重），並注意安全。
9. 若有石膏固定者：露於石膏外的手指、腳趾，應經常活動，避免關節僵硬及肌肉萎縮，並每日清潔石膏邊緣的皮膚，以乳液按摩。
10. 打石膏外固定者須注意不可讓石膏負重。
11. 骨內鋼釘鋼板固定手術後須整日使用托板支撐，讓患部休息二個星

期才可移除。

12. 出院請按時回診複診，出院帶藥請按時服用，定期於門診追蹤檢查；若持續疼痛或手腳麻木、冰冷、發青、發黑、嚴重腫脹、任何臭味或有滲出液應立即回診。
13. 術後 1~1.5 個月會追蹤 X 光，以確定骨折癒合情形，並決定骨外固定器拆除時間。
14. 骨內鋼釘鋼板固定病患約在一年後才可拆除。