

開放性復位及內固定術後 護理指導

●何謂開放性復位及內固定術？

開放性復位及內固定術是以手術方式固定斷裂移位的骨頭，此手術是適合無法以石膏或夾板固定斷骨的病人。醫生會放入植入物(例如：金屬骨釘、骨板、髓內釘連接桿或骨針)以固定斷骨及協助痊癒，植入物可能需要在骨折痊癒後移除。

●手術前預備

- 1.醫師會解釋手術之過程內容以及合併症，並請您填寫手術同意書及麻醉同意書。
- 2.安排相關性的診斷性檢查(胸部X光、心電圖)、血液檢查，必要時會給予備血，預防輸血的可能性。手術前須禁食6-8小時，包括喝水、吃口香糖、吃檳榔。
- 3.請將身上的手錶、戒指、假牙、義眼拿掉，擦指甲油或口紅的話，水晶指甲必須擦掉。
- 4.手術前給予點滴注射。
- 5.練習有效深呼吸咳嗽的技巧，預防手術後肺塌陷。
- 6.依照手術後的需要，身上可能有尿管、點滴、中心靜脈導管、術後傷口引流管等管路，這些管路相當重要，請勿拉扯扭曲及壓迫。

●手術後須知

- 1.全身麻醉後，病人可能會因麻醉時放置喉管而引致喉部輕微不適或疼痛；若出現麻醉藥的副作用，包括疲倦、渴睡、噁心或嘔吐，如情況持續或加劇，請通知護理人員。
- 2.深呼吸及咳嗽可有助防止術後肺炎。
- 3.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20-30分鐘。休息時間必須超過30分鐘為宜，一日以4次為原則。
- 4.可以枕頭或棉被支托，抬高患肢高於心臟，以減輕腫脹及不適。
- 5.置放於傷口的引流管應平放在床上，不可反折或扭曲，並避免拉扯及滑脫，醫師會視引流管量來決定拔除時間。
- 6.觀察患肢末梢皮膚溫度、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。
- 7.手術後若有石膏或副木固定時，須注意肢體末梢如有麻、刺痛、發紫、無脈搏跳動時，請立刻通知護理人員儘速為您處理。

●活動

病人應按照物理治療師指示繼續運動。

上肢骨折

- ⊕手術後若無特別禁忌，即可坐起活動，若無頭暈等不適情形，即可使用三角巾患肢副木支托患肢下床活動。
- ⊕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，一次至少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，並注意安全。

下肢骨折

- ⊕手術後若無特別禁忌，即可坐起活動，若無頭暈等不適情形，即可使用助行器下床活動。
- ⊕每日執行患肢等長運動，例如收縮及放鬆腿部肌肉，每日至少4次，一次至少30分鐘。活動足踝、膝關節，每日至少4次，一次至少30分鐘。

●出院後注意事項

- 1.請遵照醫生指示服用藥物。
- 2.3個月內，請避免提取重物及進行劇烈及競技運動。

3.病人應保持傷口清潔及乾爽。

4.長時間卧床會減慢血液循環及增加患上靜脈曲張的機會，儘早離床活動及進行輕量運動能有助迅速康復。

5.進食含豐富鈣質及維生素 D 食品可有助提高骨質強度。

6.如傷口出現疼痛及紅腫、患肢手指或腳趾變得冰冷或灰白、大量出血、濃性滲血、手術部位失去感覺、尿急、咳嗽、呼吸急促、胸痛或心跳加速、寒顫、發燒等，應立即回診。

諮詢專線：04-24632000

諮詢時間：週一至週五 09:00~17:30