

# 頸椎疾患手術後須知

## 一、手術後注意事項

1. 手術後傷口有引流管留置，需保持引流管之通暢，避免引流管反折受阻或不當拉扯，如引流管脫落或傷口滲濕，立刻通知醫護人員。
2. 傷口應保持清潔乾燥，醫護人員會依狀況為您換藥，手術後約 7~14 天可拆線，拆線後才可沐浴。
3. 手術後會依您的需求及醫師指示使用止痛藥，在藥物使用下，仍有疼痛或不適時，請隨時告知醫護人員。
3. 手術後會放置導尿管引流尿液，減少病人手術後下床如廁狀況，醫師會視您的狀況決定何時可以拔除。
4. 手術後應進行深呼吸運動：用鼻子吸氣嘴巴吐氣方式，用鼻子深吸氣並緩慢的用嘴吐氣，10 次／回，一天 2~3 回，增加肺部擴張，預防肺炎發生。
5. 手術後臥床期間，四肢關節可活動；手術後護理人員會使用翻身中單以圓滾木式翻身法協助您每 2 小時翻身一次，以免手術部位再度受創。
6. 手術後會使用頸圈固定頸部，臥床休息時可於頭或頸下墊一小枕頭，枕頭下緣置於肩下（如圖一），需確實有效支托頸部。
7. 手術後應臥床休息，待醫師告知後才可下床活動，下床活動時，應先坐於床上 5~10 分鐘，無頭暈不適情形再緩慢下床，且需有家屬在旁陪伴扶持，以避免發生跌倒。
8. 正確的上下床姿勢（如圖二）：



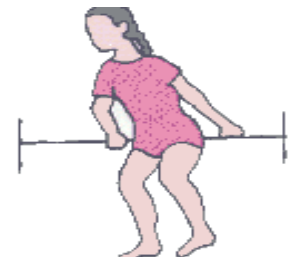
圖一 枕頭下緣置於肩下



先側身到床緣



以兩手將上半身支撐  
起床



過程中保持頸背部  
呈一直線

圖二 正確上下床姿勢

9.手術後第二天即可進時，宜採冷食，並漸進由冷流質慢慢進展到溫軟質食物，進食採少量多餐，要增加高蛋白（如：魚、蛋、奶類）、高纖維（如：蔬菜、水果類）的攝取，以促進傷口癒合及排便順暢。

## 二、日常生活注意事項

- 1.返家後，應持續正確穿戴頸圈 2~3 個月。
- 2.採高蛋白（如：魚、蛋、奶類）、高纖維（如：蔬菜、水果類）飲食，以促進傷口癒合及排便順暢。
- 3.手術後 2 星期內僅能進行輕微之活動，避免久站、久坐，盡量臥床休息，一個月內不可開車或騎乘機車（腳踏車）及長途搭車，避免推、拉、舉、抬重物。
- 4.手術後 1~2 個月內可回復輕微工作，較負重的工作應在醫師評估後再進行。
- 5.若有下列情形請立即就醫：
  - (1)傷口有發紅、腫脹、有分泌物流出，發燒、疼痛程度增加等情形。
  - (2)頸部再受到外傷或撞擊時。
  - (3)手術前的症狀又再度復發時，如：手麻或無力。

## 參考資料

- 馮容芬 (2018) · 神經系統疾病之護理 · 於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理* (七版，122-126 頁) · 華杏。
- 陳敏麗、方妙君、蘇清菁 (2020) · 神經系統疾病病人之護理 · 於胡月娟總校閱，*內外科護理學* (六版，715-717 頁) · 華杏。