

甲狀腺術後須知

一、手術後飲食方面

手術後若無噁心、嘔吐情形，於清醒後可先喝水，並應攝取高熱量均衡飲食，為避免傷口疼痛及刺激傷口，可以溫涼、質地柔軟食物，柔軟或軟質食物為主(如：布丁、稀飯、冰淇淋、果汁、牛奶等)，可降低出血及腫脹情形。

二、傷口、疼痛方面

- 1.手術後可採半坐臥姿勢且抬高頭部並避免頭頸部過度伸直或彎曲，可以枕頭支托，以避免傷口牽扯、減少出血並鼓勵多深呼吸咳嗽，以減少肺部合併症。
- 2.手術後應傷口冰敷(每次冰敷 15~20 分鐘，休息 30 分鐘，夜間睡覺可暫緩冰敷)，可減少傷口疼痛及腫脹情形。
- 3.傷口部位若有引流管，勿壓迫並保持通暢，依醫師指示在術後 2~3 天可拔除。
- 4.若頸部傷口周圍組織腫脹，聲音嘶啞或呼吸困難、手腳臉麻木感，應立即告知醫護人員。
- 5.術後可能因為聲帶水腫而有短暫的聲音沙啞，可說話輕柔或降低說話音量。
- 6.若傷口疼痛可告知護理人員，並依醫師指示給予口服或針劑止痛劑以減輕疼痛。
- 7.手術第二天，下床活動、咳嗽及頸部運動時，可用雙手支托頸部以減輕疼痛。

三、排泄方面

手術後 6~8 小時內需自解尿液，以免膀胱積尿造成泌尿道感染，若無法自解尿液者，必要時會放置尿管以幫助排尿。

四、出院後日常生活須知

- 1.傷口用組織凝膠或美容膠者不需拆線，如有紅、腫、熱、痛或出血需立即回診。
- 2.飲食無禁忌，魚、肉、水果、蔬菜均衡並依醫師指示按時服藥，定期回診。
- 3.避免菸(包含電子菸)、酒精等刺激性的攝取。

參考文獻

- 黃人珍(2018)·內分泌與代謝障礙病人的護理·廖張京棣總校閱，最新實用內外科護理學(六版，12-19-12-50)·永大。
- 林靜佩(2020)·內分泌系統病人的護理·全方位護理應考e寶典：內外科護理學(第十一版，648-649)·新文京開發。

院址：600 嘉義市忠孝路 539 號 網址：www.cych.org.tw 諮詢服務電話：05-2765041

11D 病房：轉 8193、8194 護理部 11D 病房制訂／護理指導組審閱

編號 I007 修訂日期：2021 年 04 月 07 日